Слишком полезно не бывает!

Блюда из мультиварки

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Наваристые супы, вегетарианские, рыбные и настоящие восточные пловы, молочные каши, аппетитные мясные, овощные и рыбные кушанья, а также десерты, запеканки, пироги и бисквиты – все это можно приготовить в мультиварке. На страницах данной книги собраны классические и оригинальные рецепты блюд, подходящих как для повседневного, так и для праздничного меню.

- Елена Анатольевна Орлова
- Введение
- Первые блюда
- Овощные и грибные супы
-
- Молочные супы
- Супы из рыбы и морепродуктов
-
- Мясные супы
-
-
- Пловы и каши
- Вегетарианские пловы
- Пловы с рыбой и морепродуктами
- Мясные пловы
- Молочные каши
- Каши с овощами и грибами
- Вторые блюда
- Блюда из овощей и грибов
-
- Запеканки из овощей, грибов и макаронных изделий
- Блюда из рыбы и морепродуктов
-
- Мясные блюда
-
-
-
- Выпечка и пудинги
- Пироги и кексы
- Торты
- Пудинги
- Иллюстрации

Елена Анатольевна Орлова
Блюда из мультиварки

Введение

Основные режимы мультиварки – это «Тушение», «Плов», «Молочная каша», «Гречка», «Варка на пару», «Выпечка» и «Подогрев».

Режим «Тушение», рассчитанный на 1–12 часов, реализует так называемый метод медленного кипения, при котором продукты в течение длительного времени доходят до готовности при температуре чуть выше 100 ˚С. В режиме «Выпечка», который рассчитан на 20–65 минут, можно приготовить кексы, бисквиты и коржи для торта. Кроме того, в этом режиме можно готовить жареную рыбу, мясо, котлеты. В режиме «Варка на пару», рассчитанном на 1–60 минут, можно готовить традиционные паровые блюда, а также варить супы, макароны. Режим «Гречка» предназначен для приготовления основных блюд и гарниров из любой крупы, а режим «Молочная каша» полностью соответствует своему названию. Режим «Плов» основан на принципе выпаривания жидкости с добавлением функции интенсивного обжаривания в последние 5–10 минут приготовления.

Таймер отсрочки позволяет приготовить блюдо к нужному времени: например, положив все продукты в чашу мультиварки с вечера, включив необходимые режим и установив таймер, можно получить готовую кашу к завтраку. Таким же образом можно еще с утра позаботиться о горячем обеде или ужине. После окончания приготовления прибор перейдет в режим «Подогрев» – в зависимости от заданного пользователем времени блюдо может оставаться горячим до 12 часов.

Первые блюда

Овощные и грибные супы

Легкий овощной суп

Ингредиенты

200 г замороженной смеси из цветной капусты, брокколи, моркови и стручковой фасоли, 2 клубня картофеля, 1/2 пучка зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень укропа вымыть и нарубить. Влить в чашу 1 л воды, добавить смесь замороженных овощей, картофель, посолить. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Суп из картофеля и моркови

Ингредиенты

1 л овощного бульона, 1 морковь, 1 сушеный корень петрушки, 2 клубня картофеля, 1 луковица, 20 мл оливкового масла, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, выложить в чашу, добавить оливковое масло, обжарить в режиме «Выпечка». Влить бульон, добавить картофель, лук, морковь, корень петрушки, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Картофельный суп с луком

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 3 клубня картофеля, 2 луковицы, 1 чайная ложка сушеной моркови, 1 чайная ложка сушеной зелени укропа и петрушки, 20 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в сливочном масле в режиме «Выпечка». Бульон влить в чашу, добавить картофель, морковь, зелень, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из свеклы и картофеля

Ингредиенты

1 л овощного бульона, 1 свекла, 2 клубня картофеля, 50 г сметаны, 1 пучок зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Картофель и свеклу вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень укропа вымыть и нарубить. Бульон влить в чашу, добавить свеклу, картофель, готовить в режиме «Тушение» 1–2 часа. При

желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа, добавить сметану.

Суп из цветной капусты

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 200 г замороженной цветной капусты, 2 клубня картофеля, 50 г замороженной стручковой фасоли, 1 пучок зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень укропа вымыть, мелко нарезать.

Бульон влить в чашу, добавить картофель, цветную капусту, стручковую фасоль, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Томатный суп с картофелем

Ингредиенты

1 л томатного сока, 4 клубня картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 20 мл растительного масла, 1 пучок зелени петрушки и укропа, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в растительном масле в режиме «Выпечка». Зелень вымыть и нарубить. Томатный сок смешать с водой 1: 1, влить в чашу, добавить картофель, морковь, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью.

Ароматный овощной суп с рисом

Ингредиенты

1 л овощного бульона, 50 г риса, 2 клубня картофеля, 2–3 листика любистка, 1 пучок зелени петрушки, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки и любистка вымыть, нарубить. Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Бульон влить в чашу, добавить рис, любисток, зелень петрушки и картофель, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из фасоли с морковью

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 100 г фасоли, 3 моркови, 1 луковица, 20 мл оливкового масла, 1 пучок зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Зелень укропа вымыть и нарубить. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать

полукольцами, обжарить в оливковом масле вместе с морковью в режиме «Выпечка».

Овощной бульон влить в чашу, положить фасоль, посолить, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Луковый суп с рисом и кабачком

Ингредиенты

1 л овощного бульона, 2 луковицы, 50 г риса, 1 небольшой кабачок, 20 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Кабачок вымыть, очистить, мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в сливочном масле вместе с кабачком в режиме «Выпечка». Бульон влить в чашу, добавить рис, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из брокколи

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 200 г замороженной брокколи, 2 клубня картофеля, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Бульон влить в чашу, добавить картофель и брокколи, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из цветной капусты с авокадо

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 200 г замороженной цветной капусты, 2 клубня картофеля, 1 авокадо, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Авокадо вымыть, очистить, удалить косточку, нарезать небольшими кусочками. Бульон влить в чашу, добавить картофель, авокадо и цветную капусту, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Острый гороховый суп

Ингредиенты

300 г гороха, 50 г топленого масла, 40 мл растительного масла, 2,5 л овощного бульона, 1 луковица, 1/2 чайной ложки аджики, молотый имбирь на кончике ножа, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, обжарить в растительном масле в режиме «Выпечка». В чашу добавить топленое масло, влить бульон, положить горох, добавить перец,

имбирь, аджику, готовить в режиме «Тушение» 3 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Французский луковый суп

Ингредиенты

5 красных луковиц, 100 мл растительного масла, 100 г тертого сыра, 100 г пшеничного хлеба, 70 мл сливок, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, обжарить в растительном масле в режиме «Выпечка». Влить 1,5 л воды, положить соль, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Хлеб нарезать тонкими ломтиками, посыпать каждый сыром, полить сливками и выложить в чашу. Оставить в режиме «Подогрев».

Луковый суп с вином

Ингредиенты

1,2 л овощного бульона, 4 луковицы, 20 г сливочного масла, 20 мл оливкового масла, 2 зубчика чеснока, 5 г сахара, 200 мл белого сухого вина, гренки со швейцарским сыром, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Чеснок очистить, вымыть, растолочь.

В чашу положить сливочное и оливковое масло, добавить лук, посолить, посыпать сахаром, добавить чеснок, обжарить в режиме «Выпечка», влить бульон и вино, поперчить. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». Гренки разложить по тарелкам и залить супом.

Суп с макаронными изделиями и сыром

Ингредиенты

3 помидора, 2 клубня картофеля, 100 г белокочанной капусты, 1 морковь, 50 г белой фасоли, 50 г зеленого горошка, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 1 небольшой цукини, 50 г фигурных макаронных изделий, 1 зубчик чеснока, 20 г томатной пасты, 1 пучок зелени петрушки и базилика, 20 мл оливкового масла, 150 г тертого сыра, перец, соль.

Способ приготовления

Помидоры вымыть, мелко нарезать. Картофель, морковь, цукини и корень сельдерея вымыть, очистить, нарезать кубиками. Лук и чеснок очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень петрушки и базилика вымыть, измельчить. Капусту вымыть, нашинковать.

Фасоль выложить в чашу, залить 3 л воды, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. Бульон процедить.

В чашу влить оливковое масло, добавить лук, чеснок, морковь, цукини, сельдерей, обжарить в режиме «Выпечка». В чашу добавить помидоры, фасоль, томатную пасту, зеленый горошек, картофель, капусту, макаронные изделия, влить бульон,

посолить, поперчить, добавить зелень петрушки и базилика, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, положить в каждую сыр.

Восточный суп с зеленым горошком и пряностями

Ингредиенты

2 л овощного бульона, 100 г замороженного зеленого горошка, 3 клубня картофеля, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 40 мл растительного масла, 1 стручок перца чили, 4 столовые ложки сметаны, 1/2 пучка зелени кинзы, 3 г куркумы, 5 г тмина, 5 г кориандра, перец, соль.

Способ приготовления

Чеснок и лук очистить, вымыть, измельчить. Перец чили вымыть, удалить плодоножку и семена, мелко нарезать. Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Чеснок и лук выложить в чашу с растительным маслом, добавить картофель, перец чили, посолить, посыпать молотым перцем, кориандром, тмином, куркумой, обжарить в режиме «Выпечка».

В чашу влить бульон, добавить зеленый горошек, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп разлить по тарелкам, заправить сметаной, посыпать кинзой.

Суп «Ташкент»

Ингредиенты

4 клубня картофеля, 50 г риса, 2 помидора, 1 луковица, 20 мл растительного масла, 20 г томатной пасты, 1 чайная ложка аджики, 1 пучок зелени кинзы и петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Помидоры вымыть, обдать кипятком, очистить от кожицы. Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень вымыть и нарубить.

В чашу влить растительное масло, добавить лук, помидоры и томатную пасту, обжарить в режиме «Выпечка», влить 1,5 л воды, добавить аджику, картофель и рис, готовить в режиме «Тушение» 1 час.

При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, добавить в каждую зелень.

Гороховый суп с морковью и сыром

Ингредиенты

2 л овощного бульона, 100 г гороха, 50 г томатной пасты, 1 луковица, 2 моркови, 50 г сливочного масла, 100 г сыра, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить, натереть на мелкой терке. Лук и морковь обжарить в сливочном масле (20 г) в режиме «Выпечка». Сыр натереть на мелкой терке.

Бульон влить в чашу, добавить горох, соль, томатную пасту, готовить в режиме «Тушение» 2–3 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать сыром.

Диетический суп-пюре

Ингредиенты

1 л овощного бульона, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1/2 пучка зелени петрушки, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть и нарубить. Картофель и морковь вымыть, очистить, крупно нарезать.

Бульон влить в чашу, добавить картофель и морковь, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Картофель и морковь вынуть из бульона, протереть, снова положить в бульон, готовить в режиме «На пару» 5 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Суп-пюре из замороженных овощей

Ингредиенты

1 л овощного бульона, 2 клубня картофеля, 100 г смеси из замороженной моркови, брюссельской капусты, зеленого горошка и стручковой фасоли, 1 пучок зелени петрушки, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть и нарубить. Картофель вымыть, очистить, крупно нарезать. Бульон влить в чашу, добавить картофель, овощную смесь, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Овощи вынуть из бульона, протереть, снова положить в бульон, готовить в режиме «На пару» 5 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Суп-пюре из цветной фасоли

Ингредиенты

1 л овощного бульона, 150 г цветной фасоли, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1 пучок зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Зелень укропа вымыть и нарубить. Картофель и морковь вымыть, очистить, крупно нарезать. Бульон влить в чашу, добавить фасоль, посолить, готовить в режиме «Тушение» 2 часа, добавить картофель и морковь, готовить в том же режиме еще 1 час. Картофель, морковь и фасоль вынуть из бульона, протереть,

снова положить в бульон. Готовить в режиме «На пару» 5 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Суп-пюре из моркови

Ингредиенты

1 л овощного бульона, 3 моркови, 1 клубень картофеля, 1 луковица, 30 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, крупно нарезать. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Бульон влить в чашу, добавить морковь, лук, картофель, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Овощи измельчить в блендере вместе с бульоном, выложить в чашу, добавить сливочное масло, готовить в режиме «На пару» 5 минут.

Суп-пюре из чечевицы

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 50 г чечевицы, 2 клубня картофеля, 1/2 пучка зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Зелень укропа вымыть и нарубить. Картофель вымыть, очистить, крупно нарезать. Бульон влить в чашу, добавить чечевицу, посолить, готовить в режиме «Тушение» 2 часа, добавить картофель, готовить в том же режиме еще 1 час. Картофель и чечевицу вынуть из бульона, протереть, снова положить в бульон. Готовить в режиме «На пару» 5 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Суп-пюре из шпината со сливками

Ингредиенты

300 г шпината, 1,5 л овощного бульона, 100 мл сливок, 1 луковица, 1 яичный желток, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Шпинат вымыть. Бульон влить в чашу, добавить лук и шпинат, готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Шпинат вынуть из бульона, протереть через сито, снова положить в бульон, влить сливки, добавить соль. Готовить в режиме «На пару» 3 минуты, добавить яичный желток и перемешать.

Суп из белых грибов с картофелем

Ингредиенты

50 г сушеных белых грибов, 100 г макаронных изделий, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 100 г сметаны, 1 чайная ложка сушеной зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Влить в чашу 1,5 л воды, положить промытые грибы, готовить в режиме «Тушение» 1 час, добавить картофель и морковь, макаронные изделия, зелень, лук, посолить, готовить в том же режиме еще 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу в каждую тарелку положить сметану.

Суп из шампиньонов с картофелем и сыром

Ингредиенты

150 г шампиньонов, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 100 г сыра, 1/2 пучка зелени петрушки, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Грибы промыть, мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть, мелко нарезать. Сыр нарезать кубиками. Влить в чашу 1,5 л воды, добавить картофель, морковь и грибы, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу положить в каждую тарелку зелень петрушки и сыр.

Суп из шампиньонов с цукини

Ингредиенты

150 г шампиньонов, 150 г цукини, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1/2 пучка зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Картофель, цукини и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Грибы промыть, мелко нарезать. Зелень укропа вымыть, мелко нарезать. Влить в чашу 1,5 л воды, добавить картофель, морковь, цукини и грибы, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу положить в каждую тарелку зелень укропа.

Грибной суп с макаронами и сладким перцем

Ингредиенты

350 г шампиньонов, 100 г макаронных изделий, 2 клубня картофеля, 2 моркови, 1 стручок сладкого перца, 20 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Шампиньоны промыть, нарезать ломтиками, выложить в чашу, добавить сливочное масло, обжарить в режиме «Выпечка».

Морковь и картофель вымыть, очистить, нарезать кружочками. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку и семена, мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть.

Влить в чашу 2 л воды, положить морковь, сладкий перец,

картофель, шампиньоны, макароны, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из шампиньонов с рисом

Ингредиенты

150 г шампиньонов, 2 моркови, 50 г риса, 1 клубень картофеля, соль.

Способ приготовления

Морковь и картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Грибы промыть, мелко нарезать.

Влить в чашу 1,5 л воды, добавить рис, грибы и морковь, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Грибной суп с картофелем и пшеничной крупой

Ингредиенты

1,5 л грибного бульона, 100 г вареных грибов, 2 клубня картофеля, 50 г пшеничной крупы, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Бульон влить в чашу, добавить картофель и пшеничную крупу, посолить, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу положить в каждую тарелку грибы.

Суп из вешенок с морковью и рисом

Ингредиенты

150 г вешенок, 2 моркови, 50 г риса, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Вешенки промыть, нарезать ломтиками. Влить в чашу 1,5 л воды, добавить рис и морковь, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из шампиньонов с зеленым горошком

Ингредиенты

150 г шампиньонов, 2 клубня картофеля, 100 г консервированного зеленого горошка, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Шампиньоны промыть, нарезать ломтиками. Влить в чашу 1,5 л воды, добавить картофель и грибы, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить зеленый горошек и оставить в режиме «Подогрев».

Грибной суп-пюре с сельдереем и орехами

Ингредиенты

1,5 л грибного бульона, 1 корень сельдерея, 30 г ядер грецких орехов, 1 луковица, 15 г муки, 100 г сыра, 50 г оливкового масла,

перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Корень сельдерея вымыть, очистить, измельчить. Грецкие орехи растолочь. Сыр натереть на мелкой терке.

Лук и сельдерей выложить в чашу с оливковым маслом, добавить орехи и муку, обжарить в режиме «Выпечка», влить бульон. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. Посолить, поперчить, протереть через сито, добавить сыр, перемешать, снова влить в чашу. Готовить в режиме «На пару» 3 минуты.

Свекольник с белой фасолью

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 1 свекла, 50 г белой фасоли, 1 пучок зелени петрушки, 50 г майонеза, соль.

Способ приготовления

Свеклу вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Бульон влить в чашу, добавить свеклу и фасоль, посолить, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки, добавить майонез.

Свекольник с шампиньонами

Ингредиенты

1 л овощного бульона, 1 свекла, 100 г шампиньонов, 1 пучок зелени укропа, 100 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Грибы промыть, нарезать ломтиками. Свеклу вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть и нарубить. Бульон влить в чашу, добавить грибы и свеклу, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа, добавить сметану.

Свекольник с сушеными грибами

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 1 свекла, 50 г сушеных грибов, 1/2 корня петрушки, 2 клубня картофеля, 1/2 пучка зелени укропа, 50 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Свеклу вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень укропа вымыть и нарубить. Корень петрушки вымыть, очистить и нарезать кружочками.

Бульон влить в чашу, добавить промытые грибы, свеклу, корень петрушки и картофель, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к

столу посыпать зеленью укропа и заправить сметаной.

Диетические щи

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 200 г белокочанной капусты, 2 клубня картофеля, 50 г томатной пасты, 100 г простокваши, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Капусту вымыть и нашинковать. Бульон влить в чашу, добавить картофель и капусту, посолить, добавить томатную пасту, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить простоквашей.

Щи с баклажаном

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 200 г белокочанной капусты, 1 баклажан, 50 г томатной пасты, 100 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Баклажан вымыть, нарезать кубиками. Капусту вымыть и нашинковать.

Бульон влить в чашу, добавить баклажан и капусту, посолить, положить томатную пасту, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Щи из краснокочанной капусты

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 200 г краснокочанной капусты, 2 клубня картофеля, 50 г томатной пасты, 100 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Капусту вымыть и нашинковать.

Бульон влить в чашу, добавить картофель и капусту, посолить, положить томатную пасту, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сметаной.

Щи с сушеными грибами

Ингредиенты

1,5 л грибного бульона, 200 г белокочанной капусты, 2 клубня картофеля, 30 г сушеных грибов, 50 г томатной пасты, 100 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Капусту вымыть и нашинковать. Бульон влить в чашу, добавить промытые грибы, картофель и капусту, посолить, положить томатную пасту, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сметаной.

Щи из щавеля

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 100 г щавеля, 2 клубня картофеля, 100 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Щавель вымыть и крупно нарезать. Бульон влить в чашу, добавить картофель, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Положить щавель, готовить в режиме «На пару» 15 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сметаной.

Щи «Зимние»

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 200 г квашеной капусты, 2 клубня картофеля, 1 столовая ложка сушеной моркови, 1 стручок маринованного болгарского перца, 1 луковица, 50 г томатной пасты, 40 г сливочного масла, 50 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в сливочном масле вместе с морковью в режиме «Выпечка». Бульон влить в чашу, добавить капусту, картофель, нарезанный перец, томатную пасту, соль, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сметаной.

Щи «Домашний погребок»

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 100 г квашеной капусты, 30 г сушеных грибов, 2 клубня картофеля, 1 столовая ложка сушеной моркови, 1 стручок маринованного болгарского перца, 30 г томатной пасты, 50 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Болгарский перец нарезать полосками. Бульон влить в чашу, добавить промытые грибы, капусту, морковь, картофель, болгарский перец, томатную пасту, соль, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сметаной.

Щи «Летние»

Ингредиенты

300 г белокочанной капусты, 3 клубня картофеля, 3 помидора, 1 луковица, 1 стручок болгарского перца, 1 пучок щавеля, 2 моркови, 50 г сметаны, 30 г топленого масла, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зелени петрушки, 1 чайной ложки тмина, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить и нарезать кубиками.

Капусту вымыть и нашинковать.

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, мелко нарезать. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Щавель вымыть и крупно нарезать. Зеленый лук, зелень петрушки вымыть и нарубить. Помидоры вымыть и мелко нарезать.

Картофель, морковь, лук, болгарский перец выложить в чашу, добавить топленое масло, помидоры, тмин, обжарить в режиме «Тушение».

Влить 2,5 л воды, положить капусту, добавить соль, щавель, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу добавить зеленый лук, петрушку, заправить сметаной.

Диетический борщ

Ингредиенты

1,5 л свекольного отвара, 200 г белокочанной капусты, 2 клубня картофеля, 50 г томатной пасты, 100 г простокваши, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Капусту вымыть и нашинковать. Отвар влить в чашу, добавить картофель и капусту, посолить, положить томатную пасту, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить простоквашей.

Борщ с маринованными овощами

Ингредиенты

1,5 л свекольного отвара, 200 г маринованной капусты, 2 клубня картофеля, 1 стручок маринованного болгарского перца, 50 г маринованной кружочками моркови, 30 г томатной пасты, 50 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Отвар влить в чашу, положить капусту, картофель, нарезанный перец, морковь, томатную пасту, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». Борщ разлить по тарелкам, заправить сметаной.

Борщ с маринованными опятами

Ингредиенты

1,5 л свекольного отвара, 100 г белокочанной капусты, 100 г маринованных опят, 2 клубня картофеля, 30 г томатной пасты, 50 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Капусту вымыть и нашинковать. Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Отвар влить в чашу, добавить капусту и грибы, посолить, положить картофель, томатную пасту, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в

режиме «Подогрев». Борщ разлить по тарелкам, заправить сметаной.

Борщ из мангольда со сливками

Ингредиенты

1 л свекольного отвара, 100 г мангольда, 2 клубня картофеля, 50 мл сливок, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Мангольд вымыть и мелко нарезать. Отвар влить в чашу, добавить картофель, посолить, положить мангольд, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сливками.

Борщ с шампиньонами и пекинской капустой

Ингредиенты

1,5 л свекольного отвара, 200 г пекинской капусты, 100 г шампиньонов, 50 г томатной пасты, 100 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Шампиньоны промыть, нарезать ломтиками. Капусту вымыть и нашинковать. Отвар влить в чашу, добавить капусту и грибы, посолить, положить томатную пасту, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сметаной.

Борщ с консервированной фасолью

Ингредиенты

150 г консервированной фасоли, 150 г белокочанной капусты, 3 клубня картофеля, 1 свекла, 1 морковь, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 50 г томатной пасты, 50 г сметаны, 20 мл растительного масла, 10 г сушеного укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Свеклу и морковь вымыть, очистить, натереть на мелкой терке. Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук и чеснок очистить, вымыть, мелко нарезать. Капусту вымыть, нашинковать. Лук выложить в чашу с растительным маслом, добавить капусту, свеклу и морковь, томатную пасту, обжарить в режиме «Выпечка». Влить 1,5 л воды, положить картофель, фасоль, лавровый лист, сушеный укроп, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». В каждую тарелку положить чеснок, сметану и перец.

Диетический рассольник

Ингредиенты

1 л овощного бульона, 2 клубня картофеля, 3 маринованных огурца, 1 пучок зелени петрушки, перец.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень

петрушки вымыть и нарубить. Огурцы нарезать соломкой. Бульон влить в чашу, добавить картофель и огурцы, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу в каждую тарелку добавить зелень петрушки.

Рассольник с морковью и луком

Ингредиенты

1 л овощного бульона, 2 клубня картофеля, 3 маринованных огурца, 2 моркови, 1 луковица, 20 г сливочного масла, 1 пучок зелени укропа, перец.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень укропа вымыть и нарубить. Огурцы нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в режиме «Выпечка».

Бульон влить в чашу, добавить картофель, морковь и огурцы, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу положить зелень укропа.

Молочные супы

Молочный суп с пшеничной крупой

Ингредиенты

1,5 л молока, 100 г пшеничной крупы, 2 клубня картофеля, 50 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Молоко влить в чашу, добавить картофель и пшеничную крупу, готовить в режиме «Молочная каша» 1 час, затем еще 20 минут в режиме «Варка на пару».

При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сливочным маслом.

Молочный суп-лапша

Ингредиенты

1,5 л молока, 120 г лапши, 50 г сливочного масла, сахар.

Способ приготовления

Молоко влить в чашу, добавить лапшу и сахар, готовить в режиме «Молочная каша» 30 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сливочным маслом.

Суп-лапша с морковью

Ингредиенты

1,5 л молока, 100 г лапши, 2 моркови, сахар, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Молоко влить в чашу, добавить морковь, лапшу, сахар, соль, готовить в режиме «Молочная каша» 30 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Молочный суп с тыквой

Ингредиенты

1,5 л молока, 150 г тыквы, сахар.

Способ приготовления

Тыкву вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Молоко влить в чашу, добавить тыкву и сахар, готовить в режиме «Молочная каша» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Молочный суп с тыквой и изюмом

Ингредиенты

1,5 л молока, 150 г тыквы, 50 г изюма без косточек, сахар.

Способ приготовления

Тыкву вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Молоко влить в чашу, добавить тыкву, изюм и сахар, готовить в режиме

«Молочная каша» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Молочный суп с кабачками

Ингредиенты

1,5 л молока, 200 г кабачков, 2 клубня картофеля, соль.

Способ приготовления

Картофель и кабачки вымыть, очистить, нарезать кубиками. Молоко влить в чашу, добавить картофель и кабачки, посолить, готовить в режиме «Молочная каша» 30 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Молочный суп с тыквой и пшенной крупой

Ингредиенты

1,5 л молока, 150 г тыквы, 50 г пшенной крупы, соль.

Способ приготовления

Тыкву вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Молоко влить в чашу, добавить тыкву, пшенную крупу и соль, готовить в режиме «Молочная каша» 30 минут, затем в режиме «Варка на пару» еще 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Молочный суп с рисом

Ингредиенты

1,5 л молока, 50 г риса, 2 клубня картофеля, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Молоко влить в чашу, добавить картофель и рис, посолить, готовить в режиме «Молочная каша» 30 минут, затем в режиме «Варка на пару» еще 20 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из сливок с тыквой и фундуком

Ингредиенты

1,5 л сливок, 150 г тыквы, 50 г толченых ядер фундука, сахар.

Способ приготовления

Тыкву вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Сливки влить в чашу, добавить тыкву, орехи и сахар, готовить в режиме «Молочная каша» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Густой молочный суп с маслом

Ингредиенты

500 мл молока, 100 г пшеничной муки, 50 г сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

Муку просеять, спассеровать, смешать с молоком, положить соль, сахар, влить в чашу. Готовить в режиме «Молочная каша» 30 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сливочным маслом.

Суп из сливок с кукурузной крупой и картофелем

Ингредиенты

1,5 л сливок, 50 г кукурузной крупы, 2 клубня картофеля, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Сливки влить в чашу, добавить кукурузную крупу, посолить, готовить в режиме «Молочная каша» 1 час. Добавить картофель, готовить в режиме «Варка на пару» 30 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Молочный суп-пюре с овощами

Ингредиенты

1 л молока, 2 клубня картофеля, 2 моркови, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, крупно нарезать. Молоко влить в чашу, добавить картофель и морковь, посолить, готовить в режиме «Варка на пару» 30 минут. Содержимое чаши измельчить с помощью блендера, готовить еще 5 минут в том же режиме.

Суп-крем из топленого молока с грибами

Ингредиенты

1 л топленого молока, 100 г сушеных белых грибов, 2 моркови, 200 мл сливок, 100 г муки, 1 корень петрушки, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Корень петрушки вымыть, очистить. Морковь вымыть, очистить. Морковь, корень петрушки и промытые грибы выложить в чашу, залить молоком, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Измельчить с помощью миксера вместе с бульоном.

Добавить сливки, спассерованную муку, вымытую и мелко нарезанную зелень укропа, перемешать, готовить в режиме «Варка на пару» 5 минут.

Сырный суп с овощами

Ингредиенты

150 г сыра, 2 клубня картофеля, 1 морковь, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Сыр натереть на крупной терке. Влить в чашу 1 л воды, добавить картофель и морковь, положить сыр, перемешать, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Сырный суп с грибами

Ингредиенты

150 г сыра, 100 г шампиньонов, 2 клубня картофеля, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой.

Шампиньоны промыть, нарезать ломтиками. Сыр натереть на крупной терке. Влить в чашу 1 л воды, добавить картофель и грибы, положить сыр, перемешать, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Сырный суп с картофелем и рисом

Ингредиенты

150 г сыра, 2 клубня картофеля, 50 г риса, 1 пучка зелени укропа, лавровый лист, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Сыр натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть, измельчить. Влить в чашу 1 л воды, добавить картофель и рис, положить сыр, перемешать, посолить, добавить лавровый лист, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу добавить зелень укропа.

Сырный суп с картофелем и пшенной крупой

Ингредиенты

150 г сыра, 2 клубня картофеля, 50 г пшенной крупы, лавровый лист, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Сыр натереть на крупной терке. Влить в чашу 1 л воды, добавить картофель и пшенную крупу, положить сыр, перемешать, посолить, добавить лавровый лист, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Сырный суп-пюре

Ингредиенты

1 л овощного бульона, 2 клубня картофеля, 2 моркови, 200 г сыра, соль.

Способ приготовления Сыр натереть на крупной терке. Картофель и морковь вымыть, очистить, крупно нарезать. Бульон влить в чашу, добавить картофель и морковь, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Овощи вынуть из бульона, протереть, снова положить в бульон, добавить сыр, готовить в режиме «Варка на пару» 5 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Супы из рыбы и морепродуктов

Рыбный суп с картофелем и морковью

Ингредиенты

1 л рыбного бульона, 150 г филе вареной рыбы, 2 клубня картофеля, 2 моркови, лавровый лист, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Бульон влить в чашу, добавить картофель и морковь, положить лавровый лист, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час, добавить вареную рыбу. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Уха из филе судака

Ингредиенты

300 г филе судака, 2 клубня картофеля, 2 моркови, 1/2 пучка зеленого лука, лавровый лист, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зеленый лук вымыть, нарубить. Филе судака промыть, крупно нарезать, выложить в чашу, залить 1 л воды, добавить картофель и морковь, положить лавровый лист, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленым луком.

Рыбный суп по-французски

Ингредиенты

500 г филе морской рыбы, 1 морковь, 100 г лука-шалота, 1 корень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь и корень петрушки вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук-шалот очистить, вымыть, мелко нарезать.

Филе рыбы промыть, выложить в чашу, залить 2 л холодной воды, добавить лук-шалот, морковь и корень петрушки, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Уха из осетрины

Ингредиенты

300 г филе осетра, 2 клубня картофеля, 2 моркови, лавровый лист, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Филе осетра промыть, крупно нарезать, выложить в чашу, залить 1,5 л воды, добавить картофель и морковь, положить лавровый лист, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании

оставить в режиме «Подогрев».

Суп из консервированной форели с рисом

Ингредиенты

250 г консервированной в масле форели, 2 клубня картофеля, 50 г риса, 1 пучок зелени укропа, лавровый лист, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень укропа вымыть, нарубить. Влить в чашу 1 л воды, добавить картофель, рис и рыбные консервы, положить лавровый лист, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Томатный суп из скумбрии

Ингредиенты

250 г консервированной в томатном соусе скумбрии, 2 клубня картофеля, 1 корень петрушки, 2 моркови, 1 луковица, 20 г сливочного масла, 1 пучок зелени укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель, корень петрушки и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень укропа вымыть, нарубить. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в сливочном масле в режиме «Выпечка».

Влить в чашу 1,5 л воды, добавить картофель, морковь, скумбрию, лавровый лист, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Уха из консервированного тунца

Ингредиенты

300 г консервированного в масле тунца, 2 клубня картофеля, 2 моркови, 50 г пшенной крупы, 1 луковица, 20 мл растительного масла, 1 пучок зеленого лука, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зеленый лук вымыть, нарубить. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами, обжарить в растительном масле в режиме «Выпечка». В чашу влить 1,5 л воды, положить пшенную крупу, картофель, лук, морковь, рыбу, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленым луком.

Суп из хека с пшенной крупой и овощами

Ингредиенты

1 л бульона из хека, 200 г филе вареного хека, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 50 г пшенной крупы, 20 г

топленого масла, 1 пучок зелени кинзы, лавровый лист, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, выложить в чашу с топленым маслом, добавить морковь, обжарить в режиме «Выпечка». Влить в чашу бульон, добавить картофель, пшенную крупу, нарезанное филе, лавровый лист, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью кинзы.

Русская уха

Ингредиенты

500 г филе сома, 10 клубней мелкого молодого картофеля, 2 моркови, 50 г пшенной крупы, 1 луковица, 20 мл растительного масла, 1 пучок зеленого лука, лавровый лист, душистый перец горошком, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить. Морковь нарезать кружочками. Зеленый лук вымыть, нарубить. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами, обжарить в растительном масле в режиме «Выпечка».

Филе сома промыть, крупно нарезать, выложить в чашу, залить 1,5–2 л воды, добавить пшенную крупу, картофель, морковь, лавровый лист, перец, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленым луком.

Суп из морского окуня с вермишелью и помидорами

Ингредиенты

500 г филе морского окуня, 100 г вермишели, 70 мл оливкового масла, 4–5 клубней картофеля, 4 помидора, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, крупно нарезать. Помидоры вымыть, крупно нарезать. Зелень петрушки вымыть, нарубить.

Филе рыбы промыть, выложить в чашу, залить 1,5 л подсоленной воды, добавить картофель и помидоры, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Вынуть рыбу и овощи, бульон процедить. В чашу влить оливковое масло, положить вареные рыбу и овощи, поперчить, залить бульоном, добавить вермишель. Готовить в режиме «На пару» 20 минут. При подаче к столу положить зелень петрушки.

Суп из пикши с овощами

Ингредиенты

500 г филе пикши, 3 клубня картофеля, 2 луковицы, 2 моркови,

40 г топленого масла, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, разрезать на 4 части. Лук очистить, вымыть, разрезать на 4 части. Филе пикши промыть, нарезать порционными кусками, положить в чашу, залить 1,5 л холодной воды, добавить соль, готовить в режиме «На пару» 30 минут.

Рыбу выложить в отдельную посуду, бульон процедить, добавить картофель, морковь, лук, лавровый лист, перец, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Положить филе рыбы, добавить топленое масло, готовить в режиме «На пару» 5 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из морского языка с брюссельской капустой

Ингредиенты

300 г филе морского окуня, 150 г замороженной брюссельской капусты, 3 клубня картофеля, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зелень петрушки вымыть, измельчить.

Филе рыбы промыть, выложить в чашу, залить водой, добавить картофель и брюссельскую капусту, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Суп из лосося по-итальянски

Ингредиенты

300 г филе лосося, 50 г спагетти, 1 пучок зелени укропа и кинзы, 2 клубня картофеля, 1 морковь, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зелень кинзы и укропа вымыть, нарубить. Филе лосося промыть, выложить в чашу, залить 1,2 л воды, готовить в режиме «На пару» 20 минут.

Рыбу вынуть, бульон процедить, положить картофель, морковь, спагетти, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час, добавить рыбу и зелень. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Уха «Рыбацкая»

Ингредиенты

300 г рыбьих голов, 3 клубня картофеля, 1 морковь, 50 г перловой крупы, 1 корень петрушки, 1 луковица, 50 г томатной пасты, 20 мл растительного масла, 1 пучок зелени укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель, морковь и корень петрушки вымыть, очистить, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами, обжарить в растительном масле с томатной пастой в режиме «Выпечка», переложить в отдельную посуду. Зелень укропа вымыть и нарубить. Рыбьи головы промыть, выложить в чашу, влить 1,5 л воды, готовить в режиме «На пару» 20 минут. Бульон процедить, добавить картофель, морковь, перловую крупу, корень петрушки, лук с томатной пастой, лавровый лист, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев». Уху разлить по тарелкам, положить в каждую зелень укропа.

Суп из карпа

Ингредиенты

300 г филе карпа, 1 пучок листьев салата, 2 сваренных вкрутую яйца, 5 мл кунжутного масла, 5 г красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Листья салата вымыть, крупно нарезать. Яйца очистить, нарубить. Филе карпа промыть, выложить в чашу, залить холодной водой, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 20 минут. Рыбу вынуть, нарезать ломтиками. Бульон процедить, снова влить в чашу, добавить яйца, салат, ломтики рыбы и кунжутное масло. Готовить в режиме «На пару» 5 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из судака по-восточному

Ингредиенты

500 г филе судака, 100 г тертого корня хрена, 5 г тертого имбиря, 5 г черемши, 20 г кукурузного крахмала, 20 мл соевого соуса, 5 мл кунжутного масла, 40 мл растительного масла, 20 мл 3 %-ного уксуса, 1 пучок зелени петрушки и укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Филе рыбы промыть, нарезать небольшими кусочками, обмакнуть в разведенный водой крахмал, посолить, обжарить в растительном масле в режиме «Выпечка». Зелень вымыть, нарубить.

Черемшу вымыть и нарезать. Влить в чашу 1 л воды, положить хрен, имбирь, черемшу, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Рыбу вынуть.

Бульон процедить, снова влить в чашу, положить рыбу, соевый соус, влить уксус, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 10 минут, добавить кунжутное масло, перемешать. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зелень.

Кукурузный суп с треской

Ингредиенты

500 г филе трески, 200 г консервированной кукурузы, 20 мл белого вина, 20 мл кукурузного масла, 5 г кукурузного крахмала, 1 пучка зеленого лука, соль.

Способ приготовления

Филе трески промыть, нарезать небольшими кусочками, сбрызнуть вином, оставить на 10 минут. Зеленый лук вымыть, нарубить. Воду влить в чашу, положить рыбу, кукурузу, кукурузное масло, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить разведенный водой крахмал. Готовить в режиме «На пару» 5 минут. Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зеленый лук.

Суп из морепродуктов с зеленым горошком

Ингредиенты

150 г очищенных креветок, 50 г консервированных мидий, 4 моркови, 100 г консервированного зеленого горошка, 40 мл сливок, 1 пучок зелени базилика, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, натереть на мелкой терке. Зелень базилика вымыть, нарубить. Влить в чашу 1 л воды, добавить морковь, зеленый горошек, креветки и мидии, посолить, готовить в режиме «На пару» 10 минут. Оставить в режиме «Подогрев» на 10 минут. При подаче к столу посыпать зеленью базилика, заправить сливками.

Суп «Парижанка»

Ингредиенты

250 г креветок, 150 г цветной капусты, 100 г брокколи, 50 г лука-порея, 1 клубень картофеля, 1 луковица, 2 моркови, 10 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Креветки промыть, опустить на 1–2 минуты в кипяток, остудить, очистить. Цветную капусту и брокколи вымыть, разделить на соцветия.

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками. Лук-порей вымыть, нарезать кольцами. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать, выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка».

Картофель, цветную капусту, брокколи и морковь выложить в чашу, залить 1–1,2 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить лук-порей, креветки, соль, перец, готовить в режиме «На пару» 5 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из королевских креветок с зеленым горошком и рисом

Ингредиенты

200 г королевских креветок, 100 г риса,

2 моркови, 1 луковица, 50 г свежего зеленого горошка, 20 г сливочного масла, 10 мл острого томатного соуса, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить, натереть на мелкой терке, выложить в чашу со сливочным маслом, добавить лук, влить томатный соус, обжарить в режиме «Выпечка».

Креветки опустить на 1 минуту в кипяток, остудить, очистить, добавить в чашу, залить 1 л воды, готовить в режиме «На пару» 5 минут, вынуть из бульона. Добавить рис, морковь и лук, зеленый горошек, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». Зелень петрушки вымыть. Суп разлить по тарелкам, в каждую положить креветки и веточки петрушки.

Суп из морепродуктов по-пекински

Ингредиенты

200 г мидий, 200 г очищенных креветок, 1 луковица, 10 маслин без косточек, 150 г пекинской капусты, 1 пучок зелени петрушки, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Пекинскую капусту вымыть, мелко нарезать. Мидии промыть, положить в чашу, добавить креветки, капусту, зелень, луковицу, посолить, влить 1 л воды, готовить в режиме «На пару» 10 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из креветок по-японски

Ингредиенты

150 г очищенных креветок, 1 лист нори, 2 моркови, 1 редька дайкон, 30 г ядер грецких орехов, соль.

Способ приготовления

Морковь и редьку вымыть, очистить, нарезать кружочками. Лист нори нарезать полосками. Орехи измельчить. Влить в чашу 1 л воды, добавить морковь и редьку, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Положить креветки, орехи и нори, посолить, готовить в режиме «На пару» 10 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из щупалец осьминога с маслинами

Ингредиенты

200 г очищенных щупалец осьминога, 50 г маслин без косточек, 2 моркови, 1 луковица, 20 г сливочного масла, 1 пучок зелени укропа и петрушки, соевый соус, соль.

Способ приготовления

Щупальца осьминога промыть и мелко нарезать. Зелень

укропа и петрушки вымыть, нарубить.

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами, выложить в чашу со сливочным маслом, добавить морковь, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить в чашу 1 л воды, добавить щупальца осьминога и маслины, готовить в режиме «На пару» 15 минут.

При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа и петрушки, в каждую тарелку влить немного соуса.

Острый суп из кальмаров с овощами

Ингредиенты

300 г очищенных кальмаров, 150 г белокочанной капусты, 50 мл оливкового масла, 3 моркови, 1 луковица, 20 г томатной пасты, 1 пучок зелени петрушки, 10 г аджики, 5 г красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке.

Капусту вымыть, нашинковать. Зелень петрушки вымыть, нарубить.

Кальмары промыть, крупно нарезать. Лук выложить в чашу, полить оливковым маслом, добавить кальмары, морковь, капусту, зелень петрушки, томатную пасту, аджику, красный перец и соль, обжарить в режиме «Выпечка». Влить 1,5 л воды, готовить в режиме «На пару» 15 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из креветок и сельдерея по-милански

Ингредиенты

150 г очищенных креветок, 50 г корня сельдерея, 2 моркови, 50 мл сливочного соуса, 1/2 пучка зелени базилика, соль.

Способ приготовления

Корень сельдерея и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зелень базилика вымыть, нарубить. Влить в чашу 1 л воды, добавить корень сельдерея и морковь, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Положить креветки, посолить, готовить в режиме «На пару» 7 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью базилика, заправить сливочным соусом.

Суп из морепродуктов с сыром

Ингредиенты

200 г консервированных кальмаров и очищенных креветок, 150 г сыра, 2 моркови, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками. Сыр нарезать кубиками. Влить в чашу 1 л воды, добавить морковь, готовить в режиме «На пару» 15 минут. Положить морепродукты, готовить в том же режиме еще 5 минут. При подаче к столу в каждую тарелку положить сыр.

Томатный суп с кальмарами

Ингредиенты

1 л рыбного бульона, 300 г очищенных кальмаров, 2 луковицы, 30 г томатной пасты, 1 пучка зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Кальмары промыть, мелко нарезать, выложить в чашу, залить бульоном, добавить лук, томатную пасту, посолить, готовить в режиме

«На пару» 10 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу в каждую тарелку положить зелень укропа.

Суп-пюре из судака

Ингредиенты

400 г филе судака, 50 г муки, 2 яичных желтка, 50 г сливочного масла, 1/2 пучка зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Филе судака промыть, выложить в чашу, залить 1,5 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Филе вынуть из бульона, измельчить с помощью блендера. Бульон процедить. Муку выложить в чашу со сливочным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», влить бульон, добавить рыбное пюре, посолить, положить взбитые яичные желтки, готовить в режиме

«На пару» 5 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Суп-пюре из печени трески с грецкими орехами

Ингредиенты

1 л рыбного бульона, 300 г консервированной печени трески, 1 корень петрушки, 30 г ядер грецких орехов, 1 луковица, 20 г муки, 100 г тертого сыра, 50 мл растительного масла, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Корень петрушки вымыть, очистить, измельчить.

Грецкие орехи растолочь. Зелень укропа вымыть, мелко нарезать.

Лук и корень петрушки выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», добавить орехи и муку, влить немного воды, готовить в режиме «На пару» 5–7 минут.

Влить бульон, добавить печень трески. Готовить в режиме «На пару» 15 минут, посолить, поперчить, протереть через сито, снова выложить в чашу, готовить в том же режиме еще 5 минут, добавить сыр, перемешать. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зелень укропа.

Суп-пюре из кальмаров с овощами

Ингредиенты

2 л рыбного бульона, 300 г вареных кальмаров, 200 г белокочанной капусты, 50 г брокколи, 1 клубень картофеля, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 1 стручок болгарского перца, 1 луковица, 20 г муки, 50 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Белокочанную капусту вымыть, нашинковать. Брокколи вымыть, разобрать на соцветия. Морковь, картофель и корень сельдерея вымыть, очистить, нарезать кружочками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Кальмары измельчить.

Бульон влить в чашу, добавить белокочанную капусту, корень сельдерея, морковь, болгарский перец, лук, брокколи, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Содержимое чаши измельчить с помощью блендера. Тонкой струйкой всыпать муку, добавить кальмары, перемешать, готовить в режиме «На пару» 5 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, заправить сливочным маслом.

Суп-пюре из креветок и крабового мяса

Ингредиенты

200 г очищенных креветок, 100 г крабового мяса, 2 клубня картофеля, 50 г риса, 50 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, мелко нарезать, выложить в чашу, залить 1 л воды, добавить рис, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить креветки и крабовое мясо, готовить в режиме «На пару» 5 минут. Бульон слить и процедить. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Креветки, крабовое мясо, картофель и рис измельчить с помощью блендера, выложить снова в чашу, залить горячим бульоном, добавить соль, сливочное масло, перемешать. Готовить в режиме «На пару» 3 минуты. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, в каждую положить зелень

петрушки.

Рассольник с килькой

Ингредиенты

1 л рыбного бульона, 200 г консервированной в томатном соусе кильки, 2 клубня картофеля, 3 маринованных огурца, 1 пучок зелени петрушки.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Огурцы нарезать соломкой. Бульон влить в чашу, добавить кильку, картофель и огурцы, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу добавить зелень петрушки.

Рассольник с горбушей и шампиньонами

Ингредиенты

1,5 л овощного бульона, 200 г филе горбуши, 100 г шампиньонов, 3 маринованных огурца, 1 пучок зелени петрушки, перец.

Способ приготовления

Шампиньоны промыть, нарезать ломтиками. Филе горбуши промыть, нарезать небольшими кусочками. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Огурцы нарезать соломкой. Бульон влить в чашу, добавить шампиньоны, филе горбуши и огурцы, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу добавить зелень петрушки.

Мясные супы

Острый томатный суп из говядины

Ингредиенты

300 г говядины, 5 клубней картофеля, 40 г риса, 20 мл растительного масла, 70 г томатной пасты, лавровый лист, 5 г красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Мясо промыть, мелко нарезать, выложить в чашу с растительным маслом, посолить, поперчить, добавить томатную пасту, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить в чашу 1,5 л воды, положить картофель, рис, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить лавровый лист, готовить в режиме «На пару» 7 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из говяжьих ребрышек с чесноком

Ингредиенты

300 г говяжьих ребрышек, 4 зубчика чеснока, 5 клубней картофеля, 1/2 пучка зелени укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Чеснок очистить, вымыть, измельчить.

Зелень укропа вымыть, мелко нарезать. Говяжьи ребрышки промыть, нарубить, выложить в чашу, залить 1,5 л воды, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. Мясо вынуть, отделить от костей.

Бульон процедить, добавить картофель, мясо, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Положить чеснок и лавровый лист, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 7 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Гороховый суп с говядиной

Ингредиенты

100 г гороха, 300 г вареной говядины, 2 моркови, 1 луковица, 1/2 пучка зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, измельчить. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Горох выложить в чашу, залить 1 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить нарезанное соломкой мясо, морковь, лук, посолить, поперчить, готовить еще 1 час в том же режиме. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Суп из говядины с кабачком

Ингредиенты

2,5 л говяжьего бульона, 300 г вареной говядины, 2 клубня картофеля, 300 г кабачка, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель и кабачок вымыть, очистить, нарезать кубиками. Говядину нарезать порционными кусками.

Бульон влить в чашу, добавить картофель и кабачок, готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Положить мясо, лавровый лист, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 10 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из говяжьих ребрышек со стручковой фасолью

Ингредиенты

100 г замороженной стручковой фасоли, 400 г говяжьих ребрышек, 2 клубня картофеля, 2 моркови, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Говяжьи ребрышки промыть, выложить в чашу, залить 1,5 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить картофель и морковь, посолить, поперчить, добавить фасоль, готовить еще 1 час в том же режиме. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из говядины с болгарским перцем

Ингредиенты

2 л говяжьего бульона, 3 клубня картофеля, 2 стручка болгарского перца, 50 г сливочного масла, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, мелко нарезать, выложить в чашу, обжарить в сливочном масле в режиме «Выпечка». Влить в чашу бульон, добавить картофель, лавровый лист, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из говядины с фасолью

Ингредиенты

300 г говядины, 3 клубня картофеля, 150 г консервированной в томатном соусе фасоли, лавровый лист, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Мясо промыть, мелко нарезать. Влить в чашу 2 л воды, добавить мясо, картофель, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить фасоль, лавровый лист, готовить в режиме «На пару» 10 минут. При

желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из говядины с картофелем и брокколи

Ингредиенты

2 л говяжьего бульона, 200 г вареной говядины, 3 клубня картофеля, 1 морковь, 150 г замороженной брокколи, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Говядину нарезать соломкой. Бульон влить в чашу, добавить картофель, брокколи, морковь, говядину, лавровый лист, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из говяжьего языка по-мексикански

Ингредиенты

250 г говяжьего языка, 100 г замороженной мексиканской смеси, 1 морковь, 2 клубня картофеля, 50 мл томатного соуса, 1 луковица, 30 мл оливкового масла, перец, соль.

Способ приготовления

Говяжий язык промыть, обдать кипятком, очистить от пленки, мелко нарезать. Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами, выложить в чашу с оливковым маслом, добавить морковь, мексиканскую смесь, влить томатный соус, поперчить, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить 1, 5л воды, положить говяжий язык, картофель, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из говядины по-польски

Ингредиенты

400 г говядины, 1/2 стебля сельдерея, 4 клубня картофеля, 50 мл оливкового масла, 2 луковицы, 1 пучок зеленого лука, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками. Картофель вымыть, очистить, крупно нарезать. Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Сельдерей и зеленый лук вымыть, мелко нарезать.

Мясо выложить в чашу, добавить оливковое масло, положить лук, картофель и сельдерей, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить 2 л воды, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зеленый лук.

Суп из говядины с чечевицей и коричневым рисом

Ингредиенты

400 г говядины, 100 г чечевицы, 50 г коричневого риса, 40 мл оливкового масла, 1 луковица, 1 пучок зелени кинзы, сок 1 лимона, 1/4 чайной ложки корицы, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Мясо промыть, нарезать порционными кусками, положить в чашу, добавить лук, 1 столовую ложку оливкового масла, перец, корицу, соль, немного воды, обжарить в режиме «Выпечка».

Добавить чечевицу, рис, влить 1,5 л воды, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Зелень кинзы смешать с оставшимся оливковым маслом и лимонным соком, заправить полученной смесью суп.

Острый суп из говядины с орехами

Ингредиенты

500 г говядины, 20 г кукурузной муки, 100 г ядер грецких орехов, 1 стручок острого перца, 2 зубчика чеснока, 20 мл винного уксуса, 1 пучок зелени кинзы, перец, соль.

Способ приготовления

Говядину промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу, залить 2 л холодной воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Мясо вынуть, бульон процедить.

Чеснок очистить, вымыть. Острый перец вымыть, удалить плодоножку и семена, растолочь вместе с чесноком. Орехи пропустить через мясорубку. Муку развести небольшим количеством бульона. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Бульон снова влить в чашу, добавить мясо, орехи, острый перец с чесноком, муку, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 20 минут. Влить уксус, положить зелень кинзы и готовить еще 5 минут в том же режиме. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп с фрикадельками из говядины

Ингредиенты

2 л говяжьего бульона, 200 г говяжьего фарша, 3 клубня картофеля, 2 луковицы, 20 г риса, 30 мл оливкового масла, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, выложить в чашу, обжарить в оливковом масле в режиме «Выпечка». Фарш перемешать с частью лука и рисом, посолить, поперчить, сформовать фрикадельки. Влить в чашу бульон, добавить картофель, фрикадельки, положить оставшийся лук, лавровый лист, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в

режиме «Подогрев».

Суп из телятины со шпинатом

Ингредиенты

200 г нежирной телятины, 1 пучок листьев шпината, 2 клубня картофеля, 1 морковь, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Шпинат вымыть, нарезать. Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками.

Телятину промыть, выложить в чашу, залить 1 л воды, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. Мясо вынуть, нарезать кубиками.

Бульон процедить, снова влить в чашу, добавить морковь и картофель, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Положить шпинат, мясо, лавровый лист, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 10 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из говядины по-мексикански

Ингредиенты

2 л говяжьего бульона, 400 г вареной говядины, 2 клубня картофеля, 1 стебель сельдерея, 1 луковица, 2 моркови, 1 стручок сладкого перца, 20 мл томатного соуса, 50 мл растительного масла, 10 г муки, 100 г консервированной кукурузы, приправа для мяса, соль.

Способ приготовления

Мясо нарезать небольшими кусочками. Картофель вымыть, очистить и нарезать ломтиками. Морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками.

Сельдерей вымыть и нарезать небольшими кусочками. Лук очистить, вымыть, измельчить. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать небольшими кусочками.

Сельдерей, лук, морковь и сладкий перец выложить в чашу с растительным маслом, посыпать мукой, влить немного воды, добавить томатный соус, обжарить в режиме «Выпечка».

Овощную смесь залить бульоном, добавить картофель, мясо, кукурузу, соль, приправу, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из говядины с помидорами

Ингредиенты

300 г говядины, 3 помидора, 2 клубня картофеля, 1 луковица, 1 морковь, 40 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, выложить в чашу, залить 2 л воды, добавить соль, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. Мясо вынуть, нарезать небольшими кусочками, бульон процедить.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Лук и морковь выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме

«Выпечка». Картофель очистить, вымыть, нарезать кубиками, добавить в чашу, влить бульон, положить вымытые и очищенные от кожицы помидоры, кусочки мяса, готовить в режиме «На пару» 25 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Деревенский суп из говядины

Ингредиенты

300 г говядины, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 200 г репы, 1 луковица, 20 мл растительного масла, 1 пучок зеленого лука, 60 г сметаны, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель, морковь и репу вымыть, очистить, крупно нарезать. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Зеленый лук вымыть и нарубить. Репчатый лук и морковь выложить в чашу с растительном маслом, обжарить в режиме «Выпечка».

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, добавить в чашу, залить 2 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить картофель, репу, посолить, поперчить, готовить еще 1 час в том же режиме. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сметаной и посыпать зеленым луком.

Суп из говяжьей вырезки с шампиньонами

Ингредиенты

300 г говяжьей вырезки, 300 г шампиньонов, 2 зубчика чеснока, 60 мл растительного масла, 20 г муки, 5 г сахара, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать тонкими ломтиками. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Зелень петрушки вымыть, измельчить.

Грибы промыть, мелко нарезать, выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка». Добавить мясо, чеснок, сахар и зелень, посолить, поперчить, перемешать, оставить на 1 час в режиме «Подогрев», залить 2 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить разведенную небольшим количеством воды муку, готовить в режиме «На пару» 10 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из говядины с брюссельской капустой

Ингредиенты

2 л говяжьего бульона, 200 г вареной говядины, 300 г замороженной брюссельской капусты, 200 г сыра, 1 морковь, 20 г

сливочного масла, 60 г сметаны, 1/2 пучка зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Сыр нарезать кубиками. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Мясо нарезать соломкой.

Капусту и морковь выложить в чашу со сливочным маслом, обжарить в режиме «Выпечка». Влить в чашу бульон, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп разлить по тарелкам, в каждую положить сыр, мясо, зелень петрушки и сметану.

Суп из телятины и зеленого горошка

Ингредиенты

500 г телятины, 150 г замороженного зеленого горошка, 2–3 клубня картофеля, 1 луковица, 2 моркови, 50 г сливочного масла, 1 пучка зелени петрушки, лавровый лист, приправа для мяса, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Мясо промыть, нарезать соломкой, выложить в чашу со сливочным маслом, добавить лук, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить 2 л воды, положить картофель, морковь, лавровый лист, соль, приправу, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить зеленый горошек, готовить в режиме «На пару» 15 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу добавить зелень петрушки.

Суп из говядины с маринованными опятами

Ингредиенты

300 г вареной говядины, 200 г маринованных опят, 2 клубня картофеля, 1 луковица, 20 г томатной пасты, 100 г сметаны, 50 г сливочного масла, 3 веточки сельдерея, 2–3 веточки базилика, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить и нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Говядину нарезать ломтиками, выложить в чашу со сливочным маслом, добавить грибы, лук, томатную пасту, обжарить в режиме «Выпечка». Сельдерей и базилик вымыть, крупно нарезать.

Влить 2, 5 л воды, положить картофель, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, положить в каждую

базилик, сельдерей и сметану.

Куриный суп-лапша

Ингредиенты

1,5 л куриного бульона, 300 г вареной курицы, 100 г домашней лапши, 1/2 пучка зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо мелко нарезать. Зелень укропа вымыть, измельчить. Бульон влить в чашу, добавить лапшу и мясо, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 25 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Суп из куриных крылышек с овощами

Ингредиенты

300 г куриных крылышек, 3 клубня картофеля, 2 моркови, 1/2 пучка зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками. Зелень петрушки вымыть, измельчить.

Куриные крылышки промыть, выложить в чашу, залить 1 л воды, добавить картофель и морковь, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Суп с фрикадельками из курицы и моркови

Ингредиенты

2 л куриного бульона, 200 г куриного фарша, 3 клубня картофеля, 1 луковица, 20 г риса, 1 крупная морковь, 1 пучок зелени укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить, натереть на мелкой терке. Зелень укропа вымыть, нарубить. Фарш перемешать с морковью и рисом, посолить, поперчить, сформовать фрикадельки.

Бульон влить в чашу, добавить картофель, фрикадельки, лук, лавровый лист, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Суп с брюссельской капустой и фрикадельками из курицы

Ингредиенты

2 л куриного бульона, 300 г филе курицы, 250 г брюссельской капусты, 3 моркови, 2 луковицы, 1 яйцо, 10 г сливочного масла, 10 г муки, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть. Одну луковицу разрезать на 2 части, оставшуюся нарезать полукольцами. Филе курицы промыть, пропустить через мясорубку вместе с половинками луковицы. Фарш посолить, поперчить, перемешать с мукой и яйцом, сформовать фрикадельки.

Морковь вымыть, очистить, нарезать полукружиями. Брюссельскую капусту вымыть. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Оставшийся лук выложить в чашу с разогретым сливочным маслом, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить бульон, положить брюссельскую капусту, морковь, фрикадельки, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, в каждую добавить зелень петрушки.

Суп из куриных шеек с брокколи

Ингредиенты

300 г куриных шеек, 150 г замороженной брокколи, 3 клубня картофеля, 1/2 пучка зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень петрушки вымыть, измельчить.

Куриные шейки промыть, выложить в чашу, залить 1,5 л воды, добавить картофель и брокколи, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Суп из куриных окорочков с лапшой

Ингредиенты

300 г куриных окорочков, 2 клубня картофеля, 100 г лапши, 1/2 пучка зелени укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть, измельчить.

Куриные окорочка промыть, выложить в чашу, залить 1,5 л воды, добавить картофель и лапшу, посолить, поперчить, положить лавровый лист, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Острый суп из куриного филе и коричневого риса

Ингредиенты

200 г филе куриных грудок, 3 клубня картофеля, 50 г коричневого риса, 20 мл растительного масла, 20 мл острого кетчупа, 5 г красного молотого перца, 5–7 чесночных стрелок, 1/2 пучка зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Чесночные стрелки вымыть, измельчить.

Филе промыть, мелко нарезать, выложить в чашу с растительным маслом, посолить, поперчить, добавить чесночные стрелки, кетчуп, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить 2 л воды, добавить картофель, рис, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Гороховый суп с копченой курицей

Ингредиенты

100 г гороха, 200 г филе копченой курицы, 3 клубня картофеля, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Горох выложить в чашу, залить 1,5 л воды, готовить в режиме «Гречка» 1 час, добавить филе курицы, картофель, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из куриных грудок с маслинами

Ингредиенты

300 г куриных грудок, 2 клубня картофеля, 100 г макаронных изделий, 10–12 маслин без косточек, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть, измельчить. Маслины нарезать колечками.

Куриные грудки промыть, выложить в чашу, залить 2 л воды, добавить картофель и маслины, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. Положить макаронные изделия, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 20 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из цыпленка по-мадридски

Ингредиенты

Тушка цыпленка, 200 г филе куриной грудки, 2 помидора, 2 луковицы, 1 морковь, 1 стручок болгарского перца, 1 корень сельдерея, 50 г риса, 50 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки и укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, крупно нарезать. Лук очистить, вымыть, 1 луковицу нарезать полукольцами. Цыпленка промыть, нарубить, выложить в чашу, залить 2 л воды, добавить морковь и целую луковицу, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Мясо вынуть, отделить от костей. Бульон процедить.

Филе промыть, нарезать соломкой. Корень сельдерея вымыть, очистить, нарезать кружочками.

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать небольшими кусочками. Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить. Помидоры вымыть, обдать кипятком, очистить от кожицы.

Филе выложить в в чашу, добавить сливочное масло, оставшийся лук, корень сельдерея, болгарский перец, обжарить в режиме «Выпечка», залить бульоном, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Положить рис, мясо цыпленка, помидоры, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 30 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, добавить в каждую зелень.

Суп из курицы с рисом и лаймом

Ингредиенты

Тушка курицы, 3 луковицы, 100 г риса, 100 мл оливкового масла, 1 лайм, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Лайм вымыть, нарезать кружочками. Подготовленную тушку курицы промыть, выложить в чашу, залить 2 л холодной воды, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. Мясо вынуть, отделить от костей, нарезать, бульон процедить, снова влить в чашу, добавить рис, лук, оливковое масло, посолить, поперчить. Готовить в режиме «На пару» 30 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, положить в каждую лайм.

Острый суп из крылышек цыпленка с горохом и кукурузой

Ингредиенты

500 г крылышек цыпленка, 100 г гороха, 2 моркови, 1 луковица, 1 помидор, 150 г замороженной кукурузы, 2 стручка перца чили, 2 зубчика чеснока, 20 мл оливкового масла, 1 лимон, 1/2 пучка зелени кинзы, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Помидор вымыть, обдать кипятком, снять кожицу, нарезать. Перец чили вымыть, удалить плодоножки и семена, мелко нарезать. Зелень кинзы вымыть и нарубить.

Лук и морковь выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка». Крылышки промыть, добавить в чашу, залить 2 л воды, положить горох, кукурузу, зелень кинзы, чеснок, помидор и перец чили. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Лимон вымыть, нарезать кружочками. Суп разлить по

тарелкам, добавить в каждую лимон.

Густой суп из курицы по-восточному

Ингредиенты

700–800 г филе курицы, 4–5 клубней картофеля, 2 моркови, 2 луковицы, 50 мл оливкового масла, 2 веточки сельдерея, 30 г томатной пасты, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Сельдерей вымыть, измельчить. Зелень петрушки вымыть, нарубить.

Филе курицы промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, выложить в чашу с оливковым маслом, добавить томатную пасту, картофель, морковь, лук и сельдерей, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить 2 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Куриный суп с пельменями

Ингредиенты

500 г филе курицы, 20 пельменей, 20 мл оливкового масла, 15 г аджики, 20 г томатной пасты, 1 пучок зелени сельдерея, перец, соль.

Способ приготовления

Зелень сельдерея вымыть, мелко нарезать. Филе курицы промыть, нарезать порционными кусками, выложить в чашу, посолить, поперчить, добавить оливковое масло, томатную пасту, аджику и зелень сельдерея. Залить небольшим количеством воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Влить 2 л воды, положить пельмени, готовить в режиме «На пару» 15 минут.

Суп из куриных желудков с сыром

Ингредиенты

2 л куриного бульона, 300 г куриных желудков, 100 г сыра, 3 клубня картофеля, 1 морковь, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Подготовленные куриные желудки промыть. Зелень укропа вымыть, измельчить.

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками.

Бульон влить в чашу, добавить тертый сыр, картофель, морковь, куриные желудки, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Суп из филе утки по-гречески

Ингредиенты

2 л овощного бульона, 300 г филе утки, 2 клубня картофеля, 10

помидоров черри, 1 пучок зелени петрушки и укропа, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень петрушки и укропа вымыть и нарубить. Помидоры черри вымыть. Филе утки промыть, мелко нарезать.

Бульон влить в чашу, добавить мясо, посолить, положить картофель, помидоры черри, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки и укропа.

Суп из утки с цукини и вермишелью

Ингредиенты

300 г филе утки, 200 г цукини, 100 г вермишели, 1 пучок зелени укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Цукини вымыть, нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть, измельчить. Филе утки промыть, крупно нарезать, выложить в чашу, залить водой, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. Добавить цукини и вермишель, посолить, поперчить, положить лавровый лист, готовить в режиме «На пару» 15 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Суп из утки с черносливом

Ингредиенты

500 г мяса утки, 150 г чернослива, 100 г риса, 2 луковицы, приправа для птицы, перец, соль.

Способ приготовления Чернослив промыть и обдать кипятком. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Мясо утки промыть, нарезать небольшими ломтиками, выложить в чашу, залить 2 л воды, добавить рис, чернослив, лук, положить приправу, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из индейки по-пекински

Ингредиенты

300 г индейки, 150 г пекинской капусты, 3 клубня картофеля, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень петрушки вымыть, измельчить. Пекинскую капусту вымыть, нарезать полосками.

Мясо промыть, выложить в чашу, залить 1,5 л воды, добавить картофель и пекинскую капусту, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу добавить зелень петрушки.

Суп из баранины со сливой

Ингредиенты

2 л мясного бульона, 200 г вареной баранины, 100 г сливы, 3 клубня картофеля, 50 г риса, 40 мл оливкового масла, 2 луковицы, 1 морковь, 1 пучок зелени кинзы, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо нарезать небольшими кусочками. Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Сливу вымыть, разрезать каждую пополам, удалить косточки. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, выложить в чашу с оливковым маслом, добавить сливу и мясо, обжарить в режиме «Выпечка». Зелень кинзы вымыть и нарубить.

Влить в чашу бульон, положить картофель, морковь и рис, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зелень кинзы.

Суп из баранины с горохом

Ингредиенты

2 л бульона из баранины, 50 г гороха, 1 клубень картофеля, 1 луковица, 20 г томатной пасты, 20 мл растительного масла, 1 столовая ложка сушеной зелени, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, выложить в чашу, добавить растительное масло, обжарить в режиме «Выпечка». Влить бульон, положить предварительно замоченный горох, готовить в режиме «Гречка» 1 час. Добавить томатную пасту, лук, сушеную зелень и картофель, готовить в режиме «На пару» 25 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из баранины с кинзой

Ингредиенты

300 г нежирной баранины, 4 моркови, 2 пучка зелени кинзы, 1 луковица, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень кинзы вымыть, измельчить.

Баранину промыть, выложить в чашу, залить 2 л воды, готовить в режиме «Тушение» 2 часа.

Мясо вынуть, нарезать кубиками. Бульон процедить, снова вылить в чашу, добавить морковь, лук, посолить, поперчить, положить мясо, кинзу, готовить в режиме «На пару» 25 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из бараньей грудинки, риса и алычи

Ингредиенты

300 г бараньей грудинки, 3 луковицы, 50 г риса, 3 крупные алычи,

20 мл растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу, залить 1, 5 л холодной воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Мясо вынуть, бульон процедить.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в растительном масле в режиме «Выпечка». Зелень петрушки вымыть и нарубить. Алычу вымыть, разделить на половинки, вынуть косточки.

Влить в чашу бульон, добавить рис, мясо, алычу, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 25 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зелень петрушки.

Суп из баранины по-туркменски

Ингредиенты

500 г баранины, 5 клубней картофеля, 500 мл черного чая, 250 г муки, 3 зубчика чеснока, 60 мл растительного масла, 1 яйцо, 1 пучок зелени кинзы, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой, выложить в чашу, обжарить в растительном масле в режиме «Выпечка». Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Мясо промыть, нарезать соломкой, добавить в чашу, положить чеснок, готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Для приготовления лапши замесить крутое тесто из муки, яйца и 1/3 стакана воды. Тесто раскатать в тонкий пласт, нарезать соломкой.

Положить лапшу в чашу, готовить в режиме «На пару» 20 минут. Суп посолить, поперчить, влить чай, готовить в режиме «На пару» 3 минуты. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью кинзы.

Суп из баранины с помидорами и цветной фасолью

Ингредиенты

300 г баранины, 300 г цветной фасоли, 5 помидоров, 30 мл растительного масла, 2 луковицы, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Помидоры вымыть, очистить от кожицы, мелко нарезать. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу, посыпать луком и солью, добавить растительное масло, помидоры, перец, влить немного воды, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить 2 л воды, добавить предварительно замоченную

фасоль, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Суп из кролика, цветной капусты и риса

Ингредиенты

300 г мяса кролика, 1 луковица, 50 г риса, 100 г замороженной цветной капусты, 20 мл растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу, залить 1,5 л холодной воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». Мясо вынуть, бульон процедить.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в растительном масле в режиме «Выпечка». Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Влить в чашу бульон, добавить цветную капусту, рис, мясо, посолить, поперчить, готовить в режиме «На пару» 30 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зелень петрушки.

Суп из мяса кролика со стручковой фасолью и брокколи

Ингредиенты

300 г мяса кролика, 100 г стручковой фасоли, 100 г брокколи, 2 клубня картофеля, 1 пучок зелени петрушки, соль.

Способ приготовления

Фасоль вымыть, нарезать. Брокколи вымыть, разобрать на соцветия. Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Зелень петрушки вымыть, измельчить.

Мясо промыть, выложить в чашу, залить 1,5 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Мясо вынуть, нарезать ломтиками. Бульон процедить, снова влить в чашу, добавить картофель, брокколи и фасоль, посолить, готовить в режиме «На пару» 30 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, положить в каждую мясо и зелень петрушки.

Суп из сосисок и вешенок

Ингредиенты

4 молочные сосиски, 150 г вешенок, 2 клубня картофеля, 1/2 пучка зелени укропа и петрушки, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Вешенки промыть, нарезать ломтиками. Сосиски мелко нарезать. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать.

Влить в чашу 1,5 л воды, добавить картофель, грибы, сосиски, посолить, готовить в режиме «На пару» 30 минут. При желании

оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу добавить зелень укропа и петрушки.

Гороховый суп-пюре с курицей

Ингредиенты

1 л куриного бульона, 300 г филе вареной курицы, 50 г гороха, 1 луковица, 20 г муки, 2 клубня картофеля, 50 мл растительного масла, 1/2 пучка зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень укропа вымыть, мелко нарезать. Мясо пропустить через мясорубку. Картофель вымыть, очистить, нарезать.

Лук выложить в чашу с растительным маслом, добавить муку, влить немного воды, обжарить в режиме «Выпечка», влить бульон, добавить картофель, предварительно замоченный горох, мясо, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Суп посолить, поперчить, протереть через сито, снова вылить в чашу, добавить зелень укропа, готовить в режиме «На пару» 10 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Куриный суп-пюре с рисом и грибами

Ингредиенты

200 г куриного филе, 50 г риса, 150 г шампиньонов, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 100 г сметаны, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь, картофель и корень сельдерея вымыть, очистить, нарезать кружочками. Грибы промыть, нарезать ломтиками. Филе промыть, выложить в чашу, залить 1,5 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Мясо вынуть, пропустить через мясорубку. Бульон процедить, снова влить в чашу, добавить картофель, морковь, корень сельдерея, рис, грибы, мясо, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Суп измельчить с помощью блендера, снова влить в чашу, готовить в режиме «На пару» 5 минут. Суп разлить по тарелкам, заправить сметаной.

Суп-пюре из телятины и овощей

Ингредиенты

200 г телятины, 200 г белокочанной капусты, 50 г цветной капусты, 1 клубень картофеля, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 стручок болгарского перца, 1 луковица, 20 г муки, 50 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Белокочанную капусту вымыть, нашинковать. Цветную капусту вымыть, разобрать на соцветия. Морковь, картофель и корень петрушки вымыть, очистить, нарезать кружочками.

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Мясо промыть, выложить в чашу, залить 2 л воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Мясо вынуть, пропустить через мясорубку. Бульон процедить, снова влить в чашу, добавить белокочанную капусту, корень петрушки, морковь, болгарский перец, лук, цветную капусту, мясо, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Суп измельчить с помощью блендера, снова влить в чашу, тонкой струйкой всыпать муку, перемешать, готовить в режиме «На пару» 5 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». Суп разлить по тарелкам, заправить сливочным маслом.

Свекольник с говядиной и шампиньонами

Ингредиенты

200 г вареной говядины, 1 свекла, 100 г шампиньонов, 1/2 пучка зелени укропа, 50 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Грибы промыть, нарезать ломтиками. Свеклу вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть и нарубить. В чашу влить 1,5 л воды, добавить нарезанную соломкой говядину, грибы и свеклу, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа и заправить сметаной.

Свекольник с курицей и брокколи

Ингредиенты

200 г филе вареной курицы, 1 свекла, 3 клубня картофеля, 1 морковь, 150 г замороженной брокколи, 1 пучок зелени укропа, 50 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Свеклу и морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть и нарубить. В чашу влить 2 л воды, добавить нарезанное филе, свеклу, морковь, брокколи и картофель, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа и заправить сметаной.

Щи с фасолью

Ингредиенты

2 л говяжьего бульона, 50 г фасоли, 100 г белокочанной капусты, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 20 мл растительного масла, 40 г томатной пасты, 50 г сметаны, лавровый лист, 1/2 пучка зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть и нарубить. Капусту вымыть и нашинковать.

Морковь и лук выложить в чашу, обжарить в растительном масле в режиме «Выпечка». Влить бульон, добавить предварительно замоченную фасоль, положить капусту, соль, картофель, морковь, лук, перец, лавровый лист, томатную пасту, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа и заправить сметаной.

Щи с квашеной капустой

Ингредиенты

300 г квашеной капусты, 2 л говяжьего бульона, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 20 мл растительного масла, 50 г сметаны, 50 г томатной пасты, 1/2 пучка зелени укропа, лавровый лист, 2–3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Лук и морковь выложить в чашу с растительным маслом, добавить 1 столовую ложку томатной пасты, обжарить в режиме «Выпечка».

Влить бульон, добавить капусту, картофель, лавровый лист, перец горошком, соль, оставшуюся томатную пасту. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки и заправить сметаной.

Щи из краснокочанной капусты с телятиной

Ингредиенты

300 г телятины с косточкой, 200 г краснокочанной капусты, 2 клубня картофеля, 50 г томатной пасты, 50 г майонеза, соль.

Способ приготовления

Телятину промыть, выложить в чашу, залить водой, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. Мясо вынуть из бульона, отделить от кости, нарезать. Бульон процедить.

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Капусту вымыть и нашинковать. Бульон влить в чашу, добавить картофель и капусту, посолить, положить томатную пасту, мясо, готовить в режиме «На пару» 30 минут. Оставить в режиме «Подогрев» не менее чем на 20 минут. При подаче к столу заправить майонезом.

Щи из куриных грудок со щавелем

Ингредиенты

400 г куриных грудок, 200 г белокочанной капусты, 100 г щавеля,

2 клубня картофеля, 50 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Куриные грудки промыть, выложить в чашу, залить 1,5 л воды, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. Мясо вынуть из бульона, отделить от костей, мелко нарезать. Бульон процедить.

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Щавель вымыть и крупно нарезать. Капусту вымыть, нашинковать.

Бульон влить в чашу, добавить капусту, картофель, мясо, посолить, положить щавель, готовить в режиме «На пару» 30 минут. Оставить в режиме «Подогрев» не менее чем на 15 минут. При подаче к столу заправить сметаной.

Классический борщ

Ингредиенты

400 г говядины с косточкой, 300 г куриных крылышек, 2 свеклы, 3 моркови, 4 клубня картофеля, 50 г шпика, 2 луковицы, 1 стручок болгарского перца, 3 помидора, 200 г белокочанной капусты, 100 г квашеной капусты, 1 чайная ложка сушеной зелени укропа, 1 корень петрушки, 100 г сметаны, 1 пучок зелени петрушки, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Свеклу и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать полосками. Помидоры вымыть, обдать кипятком, очистить от кожицы, размять. Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Корень петрушки вымыть, очистить, нарезать кружочками. Капусту вымыть, нашинковать. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Шпик мелко нарезать, выложить в чашу, добавить свеклу, морковь, болгарский перец, лук, корень петрушки, обжарить в режиме «Выпечка», посолить, поперчить, посыпать зеленью укропа, добавить томатное пюре, влить немного воды, готовить в режиме «На пару» 5 минут, переложить в отдельную посуду.

Мясо и куриные крылышки промыть, нарубить, положить в чашу, залить 2 л воды, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. Мясо вынуть, отделить от костей.

Бульон процедить, снова влить в чашу, положить свежую и квашеную капусту, картофель, овощную смесь, мясо, лавровый лист. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки, заправить сметаной.

Борщ с мангольдом

Ингредиенты

2,5 л говяжьего бульона, 400 г вареной говядины, 1 свекла, 1 пучок мангольда, 3–4 клубня картофеля, 300 г белокочанной

капусты, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 1 болгарский перец, 60 г томатной пасты, 1 пучок зеленого лука, 50 г сливочного масла, 100 г сметаны, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Свеклу вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Мангольд вымыть и мелко нарезать. Картофель, морковь и корень сельдерея вымыть, очистить и нарезать соломкой. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать ломтиками. Капусту вымыть и нашинковать. Зеленый лук вымыть и нарубить. Мясо нарезать порционными кусками.

Свеклу, репчатый лук, морковь, корень сельдерея и болгарский перец выложить в чашу со сливочным маслом, добавить томатную пасту, обжарить в режиме «Выпечка», переложить в отдельную посуду.

Капусту выложить в чашу, залить бульоном, положить картофель, обжаренные овощи, свекольную ботву, лавровый лист, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Борщ разлить по тарелкам, в каждую положить мясо, зеленый лук и сметану.

Борщ «Сызранский»

Ингредиенты

2,5 л бульона из говяжьих костей, 300 г вареной говядины, 4 сосиски, 100 г копченой свинины, 150 г филе вареной курицы, 100 г шампиньонов, 200 г белокочанной капусты, 1 морковь, 1 свекла, 1 луковица, 3 клубня картофеля, 60 г томатной пасты, 30 мл оливкового масла, 100 г сметаны, 1/2 пучка зелени укропа, лавровый лист, приправа для мяса, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь, свеклу и картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Грибы промыть, нарезать ломтиками. Капусту вымыть, нашинковать.

Вареную говядину, копченую свинину, филе курицы и сосиски нарезать соломкой. Грибы, капусту, морковь, свеклу и лук выложить в чашу с оливковым маслом, посолить, поперчить, обжарить в режиме «Выпечка», переложить в отдельную посуду.

Бульон влить в чашу, добавить картофель, овощную смесь, мясо и сосиски, томатную пасту, приправу, перец, соль, лавровый лист, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Зелень укропа вымыть и нарубить. Борщ разлить по тарелкам, в каждую положить зелень укропа и сметану.

Пловы и каши

Вегетарианские пловы

Плов с курагой

Ингредиенты

400 г риса, 50 г кураги, 4 моркови, 3 луковицы, 100 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами, выложить в чашу с растительным маслом, добавить морковь, положить предварительно замоченную курагу, соль, промытый рис, влить воду, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов с сухофруктами и чесноком

Ингредиенты

500 г риса, 4 моркови, 120 мл растительного масла, 100 г смеси сухофруктов, 3 луковицы, 2 зубчика чеснока, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать.

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами, выложить в чашу с растительным маслом, добавить морковь, рис и сухофрукты, влить воду, посолить, поперчить, готовить в режиме «Плов», перемешать с чесноком. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов с изюмом

Ингредиенты

500 г риса, 4 моркови, 120 мл растительного масла, 100 г изюма, 2 луковицы, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами, выложить в чашу с растительным маслом, добавить морковь, рис, предварительно замоченный изюм, соль, влить воду, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов с баклажаном и зеленью

Ингредиенты

500 г риса, 4 моркови, 1 баклажан, 3 луковицы, 2 зубчика чеснока, 2 пучка зелени укропа и кинзы, 120 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зелень вымыть, нарубить. Чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Баклажан вымыть, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть,

нарезать полукольцами, выложить в чашу вместе с баклажаном, влить растительное масло, добавить морковь, обжарить в режиме «Выпечка». Положить рис, влить воду, посолить, поперчить, готовить в режиме «Плов», перемешать с чесноком и зеленью. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов с шампиньонами

Ингредиенты

500 г риса, 4 моркови, 300 г шампиньонов, 120 мл растительного масла, 4 луковицы, 1 пучок зеленого лука, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зеленый лук вымыть, нарубить. Грибы промыть, нарезать ломтиками. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами, выложить в чашу вместе с грибами и морковью, полить растительным маслом, посолить, поперчить и обжарить в режиме «Выпечка».

Положить рис, влить воду, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев». Плов выложить горкой на блюдо и посыпать зеленым луком.

Плов по-ашхабадски

Ингредиенты

500 г риса, 4 моркови, 2 айвы, 1 столовая ложка нута, 50 г маша, 120 мл растительного масла, 3 луковицы, 2 зубчика чеснока, красный молотый перец, приправа для плова, соль.

Способ приготовления Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Айву вымыть, удалить сердцевину, нарезать ломтиками. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами, выложить в чашу вместе с морковью, влить растительное масло, добавить предварительно замоченные нут и маш, рис, айву, влить воду, посолить, поперчить, добавить приправу, готовить в режиме «Плов», перемешать с чесноком. Оставить в режиме «Подогрев».

Пловы с рыбой и морепродуктами

Плов с филе семги

Ингредиенты

300 г филе семги, 4 зубчика чеснока, 400 г риса, 2 моркови, 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Филе семги промыть, нарезать небольшими кусочками, мариновать 2 часа, посыпав солью, перцем, луком и чесноком, затем выложить в чашу и обжарить в растительном масле в режиме «Выпечка». Морковь выложить на обжаренные кусочки рыбы, добавить рис, влить воду, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов с треской и черносливом

Ингредиенты

300 г филе трески, 50 г чернослива, 400 г риса, 4 моркови, 4 луковицы, 80 мл растительного масла, 1 чайная ложка красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Предварительно замоченный чернослив нарезать. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Филе трески промыть, нарезать кусочками, выложить в чашу и обжарить в растительном масле вместе с луком, морковью и черносливом в режиме «Выпечка». Посолить, поперчить, добавить рис, влить воду, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов с филе сома, нутом и кукурузой

Ингредиенты

300 г филе сома, 50 г нута, 50 г зерен кукурузы, 400 г риса, 3 моркови, 3 луковицы, 70 мл растительного масла, приправа для плова, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Филе сома промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу и обжарить в растительном масле вместе с луком и морковью в режиме «Выпечка». Добавить предварительно замоченные кукурузу и нут, посолить, посыпать приправой, положить рис, влить воду, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме

«Подогрев».

Плов с мидиями

Ингредиенты

400 г очищенных мидий, 200 г риса, 4 луковицы, 3 моркови, 100 мл растительного масла, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зеленый лук и зелень петрушки вымыть, нарубить.

Мидии тщательно промыть в холодной воде, посолить, поперчить и выложить в чашу. Добавить лук, морковь, растительное масло, обжарить в режиме «Выпечка», переложить в отдельную посуду. Рис выложить в чашу, готовить в режиме «Плов», перемешать с мидиями и овощами, готовить в режиме «На пару» 5 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». Плов выложить горкой на блюдо и посыпать зеленым луком и зеленью петрушки.

Диетический плов с креветками и зеленым горошком

Ингредиенты

300 г очищенных креветок, 100 г свежего зеленого горошка, 200 г риса, 1 луковица, 2 моркови, 1 пучок зеленого лука, приправа для морепродуктов, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить, нарезать небольшими кубиками.

Зеленый лук вымыть, мелко нарубить. Лук и морковь, выложить в чашу, добавить рис, влить воду, посолить, поперчить, посыпать приправой, положить зеленый горошек, готовить в режиме «На пару» 20 минут, перемешать с креветками, готовить еще 7 минут в том же режиме. При подаче к столу посыпать зеленым луком.

Мясные пловы

Плов по-ташкентски

Ингредиенты

300 г баранины, 200 г риса, 2–3 айвы, 250 г курдючного сала, 4 моркови, 3 луковицы, по 5 г барбариса, зиры и молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Мясо промыть, нарезать кубиками. Морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой. Айву вымыть, удалить сердцевину, нарезать ломтиками.

Кубики курдючного сала выложить в чашу, добавить лук, мясо и морковь. Сверху выложить айву, барбарис, зиру, рис, влить воду, посолить и поперчить, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов из жирной баранины

Ингредиенты

400 г жирной баранины, 200 г курдючного сала, 500 г риса, 3 луковицы, 3 моркови, 100 мл мясного бульона, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, выложить в чашу с растопленным салом, добавить лук, морковь, перец, влить воду и бульон, положить рис, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов из говядины по-турецки

Ингредиенты

300 г говядины, 50 г курдючного сала, 2 моркови, 500 г риса, 2 луковицы, 2 пучка зелени укропа и кинзы, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зелень укропа и кинзы вымыть, нарубить.

Сало нарезать кубиками и выложить в чашу, добавить мясо, лук, морковь и зелень укропа. Положить рис, влить воду, посолить, поперчить, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу украсить веточками кинзы.

Плов из баранины по-казахски

Ингредиенты

300 г баранины, 50 г бараньего жира, 3 моркови, 2 луковицы, 400 г риса, 2 зубчика чеснока, лавровый лист, 1 веточка чабреца, 1 веточка тархуна, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/2 лимона, 1/2 чайной ложки молотого тмина, 1/2 чайной ложки семян укропа, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Веточки чабреца и тархуна вымыть. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Лимон нарезать ломтиками.

Баранину промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу с разогретым жиром, добавить лук, морковь, веточки тархуна и чабреца, лавровый лист, влить немного воды и готовить в режиме «На пару» 10 минут. Вынуть тархун, чабрец, лавровый лист и добавить соль, перец и тмин. Влить воду, положить рис, готовить в режиме «Плов», перемешать с чесноком. Оставить в режиме «Подогрев». Добавить чеснок и оставить под крышкой на 20 минут.

При подаче к столу посыпать зеленью петрушки и украсить ломтиками лимона.

Слоеный плов по-таджикски

Ингредиенты

300 г баранины, 50 г топленого масла, 50 г курдючного сала, 2 моркови, 20 г сливочного масла, 2 луковицы, 300 г риса, 1 пучок зелени петрушки, 1 чайная ложка красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку, добавить в фарш соль, перец, перемешать, сформовать из него фрикадельки, выложить в чашу с растопленным салом.

Сверху выложить лук и морковь, полить топленым маслом, следующим слоем выложить рис, полить его растопленным сливочным маслом. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. Оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу украсить веточками петрушки.

Плов «Дагестанский»

Ингредиенты

300 г баранины, 4 моркови, 5 луковиц, 50 г бараньего жира, 300 г риса, 100 г гороха, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Мясо промыть, нарезать

небольшими кусочками, выложить в чашу с растопленным жиром. Добавить лук, морковь, положить предварительно замоченный горох, соль, красный и черный перец, рис, влить воду, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов из баранины с изюмом и черносливом

Ингредиенты

300 г баранины, 200 г риса, 200 г изюма, 100 г чернослива, 50 г курдючного сала, 1 морковь, 1 луковица, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Баранину промыть, мелко нарезать.

Лук и морковь выложить в чашу с растопленным салом, добавить мясо, изюм, чернослив, рис, влить воду, посолить. Готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев».

Плов из баранины по-адыгейски

Ингредиенты

300 г баранины, 300 г риса, 250 г курдючного сала, 50 г ядер грецких орехов, 2 луковицы, 3 кислых яблока, 100 мл мясного бульона, 3 моркови, зерна 1/2 граната, 1/2 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами.

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать ломтиками. Ядра грецких орехов измельчить. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками.

Лук выложить в чашу с растопленным салом, добавить мясо, орехи, морковь, яблоки, рис, влить бульон, посолить, поперчить, влить воду, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу украсить зернами граната.

Плов из баранины с горохом и грейпфрутом

Ингредиенты

300 г баранины, 4 моркови, 200 г риса, 50 г курдючного сала, 2 луковицы, 1 столовая ложка гороха, 1 грейпфрут, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками. Грейпфрут вымыть, очистить, разделить на дольки.

Сало выложить в чашу, добавить лук, мясо и обжарить в режиме «Выпечка». Добавить морковь, соль, перец,

предварительно замоченный горох, рис, влить воду, готовить в режиме «Плов», перемешать, выложить сверху дольки апельсина и оставить в режиме «Подогрев».

Плов «Ашхабадская свадьба»

Ингредиенты

300 г риса, 200 г баранины, 200 г говядины, 200 г бараньих ребрышек, 100 г топленого курдючного сала, 50 г нута, 50 г маша, 3 помидора, 2–3 алычи, 2 луковицы, 1 стручок сладкого перца, 1 пучок зелени кинзы, 1/2 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Баранину и говядину промыть, нарезать кусочками. Бараньи ребрышки промыть, нарубить. Алычу вымыть, разделить на половинки, удалить косточки. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать полосками. Помидоры вымыть, нарезать ломтиками. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой.

Бараньи ребра выложить в чашу, посолить, добавить 50 г топленого сала, обжарить в режиме «Выпечка», переложить в отдельную посуду. В чашу положить рис, посолить, поперчить, залить водой, готовить в режиме «На пару» 25 минут, переложить в отдельную посуду. В чашу выложить оставшееся топленое сало, добавить говядину и баранину, лук, морковь, сладкий перец, помидор и обжарить в режиме «Выпечка».

Добавить предварительно замоченный нут и маш, влить воду, положить алычу, посолить, поперчить, готовить в режиме «Гречка» 1 час. Оставить в режиме «Подогрев» на 30 минут. Рис выложить горкой на блюдо, сверху положить мясо, нут и маш с овощами, по краю – бараньи ребрышки. Полить оставшимся от тушения мяса соусом, посыпать зеленью кинзы.

Острый плов из дикого риса

Ингредиенты

300 г филе курицы, 100 г дикого риса, 2 луковицы, 200 мл белого вина, 2 столовые ложки сливочного масла, 50 г маслин, 3 сваренных вкрутую яйца, 1 стручок острого перца, листья салата, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, измельчить. Острый перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать небольшими кусочками. Листья салата вымыть. Яйца очистить, разрезать на половинки.

Филе курицы промыть, мелко нарезать, посолить, поперчить, выложить в чашу с разогретым сливочным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», добавить лук, острый перец, рис, влить вино и

воду, готовить в режиме «Плов», перемешать. Оставить в режиме «Подогрев». Плов выложить на листья салата, украсить маслинами и половинками яиц.

Молочные каши

Овсяная каша с изюмом

Ингредиенты

200 г овсяных хлопьев, 700 мл молока, 50 г изюма, 50 г сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

Овсяные хлопья выложить в чашу, залить молоком, положить сахар, соль, добавить предварительно замоченный изюм и сливочное масло. Готовить в режиме «Молочная каша». При желании оставить в режиме «Подогрев».

Манная каша с курагой

Ингредиенты

200 г манной крупы, 40 г кураги, 1 л молока, 70 г сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

Крупу выложить в чашу, залить молоком, посолить, добавить сахар, курагу. Готовить в режиме «Молочная каша». При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сливочным маслом.

Геркулесовая каша с бананами

Ингредиенты

200 г геркулеса, 2 банана, 200 мл молока, 50 г сливочного масла, сахар.

Способ приготовления

Геркулес выложить в чашу, залить 300 мл воды, влить молоко, добавить сахар. Готовить в режиме «Молочная каша». При желании оставить в режиме «Подогрев», заправить сливочным маслом.

Бананы вымыть, очистить, нарезать кружочками. Кашу разложить по тарелкам, добавив в каждую кусочки бананов.

Рисовая каша с изюмом и сгущенным молоком

Ингредиенты

300 г риса, 100 г изюма без косточек, 20 мл оливкового масла, 70 г сгущенного молока, сахар, соль.

Способ приготовления

Рис промыть, выложить в чашу, залить 700 мл воды, добавить изюм, сахар, соль, оливковое масло. Готовить в режиме «Молочная каша», перемешать со сгущенным молоком. Оставить в режиме «Подогрев» на 20 минут.

Классическая тыквенная каша

Ингредиенты

600 г тыквы, 300 г пшена, 1 л молока, 100 г сливочного масла,

соль.

Способ приготовления Тыкву вымыть, очистить, нарезать мелкими кубиками, выложить в чашу, влить молоко, добавить, соль, промытую крупу. Готовить в режиме «Молочная каша». Оставить в режиме «Подогрев» на 1 час. При подаче к столу заправить сливочным маслом.

Каши с овощами и грибами

Гречневая каша с кабачками

Ингредиенты

200 г гречневой крупы, 200 г кабачков, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Крупу промыть. Влить в чашу 2,5 л воды, посолить, добавить крупу. Готовить в режиме «Гречка», переложить кашу в отдельную посуду. Кабачки вымыть, очистить, мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами, смешать с кабачками, выложить в чашу со сливочным маслом, обжарить в режиме «Выпечка». Добавить кашу, готовить в режиме «На пару» 5 минут, заправить сливочным маслом. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Гречневая каша с луком и томатом

Ингредиенты

200 г гречневой крупы, 100 мл томатного соуса, 2 луковицы, 20 мл растительного масла, 50 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, выложить в чашу с растительным маслом, добавить томатный соус, обжарить в режиме «Выпечка».

Гречневую крупу промыть, добавить в чашу, готовить в режиме «Гречка». При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сливочным маслом.

Пшенная каша с луком и морковью

Ингредиенты

200 г пшенной крупы, 2 луковицы, 3 моркови, 20 мл растительного масла, 50 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Лук и морковь выложить в чашу, полить растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка».

Крупу промыть, добавить в чашу, залить водой, посолить, готовить в режиме «Гречка». При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сливочным маслом.

Пшеничная каша с грибами и луком

Ингредиенты

200 г пшеничной крупы, 200 г шампиньонов, 1 луковица, 20 мл растительного масла, 50 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Грибы промыть, мелко нарезать. Лук очистить, вымыть,

мелко нарезать. Грибы и лук выложить в чашу, полить растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка».

Крупу промыть, добавить в чашу, залить водой, посолить, готовить в режиме «Гречка». При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сливочным маслом.

Кукурузная каша с сушеными грибами

Ингредиенты

200 г кукурузной крупы, 2 луковицы, 30 г сушеных грибов, 40 мл растительного масла, 50 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, выложить в чашу, добавить предварительно замоченные грибы, растительное масло, обжарить в режиме «Выпечка».

Кукурузную крупу добавить в чашу, залить водой, посолить, готовить в режиме «Гречка». При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить сливочным маслом.

Вторые блюда

Блюда из овощей и грибов

Белокочанная капуста с яйцом и луком

Ингредиенты

500 г белокочанной капусты, 3 яйца, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, 3 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления

Капусту вымыть, нашинковать. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Капусту выложить в чашу, добавить лук, перемешать, влить растительное масло, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить взбитые с солью и размягченным сливочным маслом яйца, готовить в режиме «На пару» 10 минут.

Белокочанная капуста с сушеными грибами и зеленым горошком

Ингредиенты

400 г белокочанной капусты, 100 г консервированного зеленого горошка, 30 г сушеных грибов, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Капусту вымыть, нашинковать. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Капусту выложить в чашу, добавить лук, растительное масло, предварительно замоченные грибы, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить зеленый горошек, соль, перец, сливочное масло, готовить в режиме «На пару» 10 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Краснокочанная капуста с маринованными грибами

Ингредиенты

300 г краснокочанной капусты, 100 г маринованных грибов, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа, 2 зубчика чеснока, перец, соль.

Способ приготовления

Капусту вымыть, нашинковать. Зелень укропа вымыть, нарубить. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Капусту выложить в чашу, добавить лук, укроп, маринованные грибы, растительное масло, перемешать и готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить сливочное масло, соль, перец, готовить еще 10 минут в режиме «На пару». При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать чесноком.

Кольраби с рисом

Ингредиенты

500 г кольраби, 50 г риса, 4 столовые ложки растительного масла,

1 луковица, 1 помидор, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Помидор вымыть и протереть через сито. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Кольраби вымыть, очистить, натереть на крупной терке, перемешать с луком, выложить в чашу, влить немного воды, положить рис, добавить растительное масло, перец, соль, помидор.

Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Цветная капуста с морковью на пару

Ингредиенты

500 г замороженной цветной капусты, 3 моркови, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Лук и чеснок очистить, вымыть и мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками.

Цветную капусту выложить в чашу, добавить морковь, лук, перец и соль. Готовить в режиме «На пару» 15 минут, положить чеснок, готовить еще 5 минут в том же режиме. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Рагу из цветной капусты с орехами

Ингредиенты

400 г цветной капусты, 100 мл овощного бульона, 3 помидора, 2 моркови, 1 луковица, 2 столовые ложки измельченных ядер грецких орехов, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка майонеза, перец, соль.

Способ приготовления

Цветную капусту вымыть, разобрать на соцветия. Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу и мелко нарезать. Морковь очистить, вымыть, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Морковь и лук выложить в чашу, добавить растительное масло, цветную капусту, помидоры, орехи и майонез, посолить, поперчить, залить бульоном и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Брокколи с вешенками

Ингредиенты

500 г замороженной брокколи, 150 г вешенок, 2 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, 1 пучок зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень укропа вымыть и нарубить. Вешенки промыть, очистить, крупно нарезать, обжарить вместе с луком в растительном масле в режиме «Выпечка».

Добавить в чашу брокколи, вешенки, лук и соль. Готовить в режиме «На пару» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Рагу из цветной капусты и брокколи в грибном бульоне

Ингредиенты

300 г цветной капусты, 300 г брокколи, 150 мл грибного бульона, 2 моркови, 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 пучка зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Цветную капусту и брокколи вымыть, разобрать на соцветия. Морковь очистить, вымыть, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Морковь и лук выложить в чашу, добавить растительное масло, цветную капусту и брокколи, посолить, поперчить. Залить бульоном, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Рагу из брюссельской капусты с сыром

Ингредиенты

400 г брюссельской капусты, 150 г зеленого горошка, 2 моркови, 1 луковица, 200 мл овощного бульона, 100 г сыра, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Брюссельскую капусту вымыть. Морковь и лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Сыр натереть на крупной терке.

Капусту смешать с горошком, луком и морковью, посолить, поперчить, выложить в чашу, добавить растительное масло, залить бульоном, посыпать сыром и готовить в режиме «На пару» 25 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Кабачки с морковью и луком

Ингредиенты

500 г кабачков, 3 моркови, 2 луковицы, 4 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка майонеза, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень укропа вымыть.

Кабачки вымыть, очистить, нарезать соломкой, смешать с морковью и луком, выложить в чашу, посолить, поперчить, добавить растительное масло, обжарить в режиме «Выпечка».

Добавить майонез, готовить еще 10 минут в режиме «На пару». При подаче к столу украсить веточками укропа.

Кабачки с чесноком

Ингредиенты

500 г кабачков, 10 зубчиков чеснока, 2 столовые ложки майонеза, 5 столовых ложек растительного масла, 4 столовые ложки пшеничной муки, 2–3 яйца, соль.

Способ приготовления

Кабачки вымыть, очистить и нарезать кружочками. Яйца взбить. Кружочки кабачков посолить, смазать взбитыми яйцами, обвалять в муке, выложить в чашу и обжарить в растительном масле в режиме «Выпечка». Добавить чеснок и майонез, готовить в режиме «На пару» 5 минут.

Шампиньоны с картофелем и морковью

Ингредиенты

150 г шампиньонов, 5 клубней картофеля, 2 моркови, 1 луковица, 100 г сливочного масла, 50 г сметаны, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать ломтиками, выложить в чашу, добавить грибы, лук, 50 г сливочного масла, сметану. Смесь посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу заправить оставшимся сливочным маслом.

Баклажаны в томате

Ингредиенты

5–6 помидоров, 2 баклажана, 1 пучок зелени укропа, 2 чайные ложки оливкового масла, перец, соль.

Способ приготовления

Баклажаны вымыть и нарезать кубиками. Зелень укропа вымыть и нарубить. Помидоры вымыть, мелко нарезать, выложить в чашу, добавить баклажаны, оливковое масло, перец, соль, обжарить в режиме «Выпечка». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Тыква с цветной фасолью и помидорами

Ингредиенты

400 г тыквы, 250 г цветной фасоли, 200 мл томатного сока, 2 помидора, 2–3 зубчика чеснока, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Тыкву вымыть, очистить, нарезать кубиками. Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу и нарезать небольшими кусочками. Чеснок и лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Тыкву выложить в чашу, добавить помидоры, фасоль, чеснок

и лук, растительное масло, посолить, поперчить, залить томатным соком и готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Тыква по-китайски

Ингредиенты

500 г тыквы, 150 мл овощного бульона, 20 г корня имбиря, 2 столовые ложки соевого соуса, 1 столовая ложка тертой цедры апельсина, 1/2 пучка зелени кинзы, 1 чайная ложка семян кунжута, 1/2 чайной ложки семян тмина, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Тыкву вымыть, очистить, нарезать кубиками. Имбирь очистить, вымыть, натереть на терке. Зелень кинзы вымыть, нарубить.

Тыкву выложить в чашу, залить бульоном, добавить лавровый лист и готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить имбирь, семена кунжута и тмина, цедру апельсина, посолить, поперчить, готовить еще 20 минут в режиме «На пару». При подаче к столу посыпать зеленью кинзы и полить соевым соусом.

Овощное рагу в грибном бульоне

Ингредиенты

2 клубня картофеля, 2 моркови, 200 г брюссельской капусты, 300 мл грибного бульона, 150 г замороженного зеленого горошка, 1 луковица, 1/2 пучка зелени базилика, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь очистить, вымыть. Брюссельскую капусту вымыть. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень базилика вымыть, нарубить.

Лук, морковь и картофель выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», добавить горошек и капусту, посолить, поперчить, залить бульоном, посыпать базиликом, готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Стручковая фасоль по-японски

Ингредиенты

500 г стручковой фасоли, 2 помидора, 4 столовые ложки семян кунжута, 3 столовые ложки соевого соуса, 2 столовые ложки сока лайма, 1 столовая ложка коричневого сахара, 1 столовой ложки рубленой зелени кинзы.

Способ приготовления

Фасоль вымыть, нарезать кусочками длиной 4–5 см. Помидоры вымыть, нарезать тонкими ломтиками. Семена кунжута растолочь в ступке, смешать с сахаром, соевым соусом и соком лайма. Фасоль и помидоры выложить в чашу, полить

соусом, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью кинзы.

Рагу «Летний ужин»

Ингредиенты

2 стручка болгарского перца, 1 морковь, 1 баклажан, 2 луковицы, 200 мл грибного бульона, 1 пучок зелени укропа, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, соль.

Способ приготовления

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать ломтиками. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Баклажан вымыть, очистить, нарезать небольшими кусочками.

Овощи выложить в чашу, посолить, сбрызнуть уксусом, полить растительным маслом, добавить бульон, перемешать. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Запеканки из овощей, грибов и макаронных изделий

Запеканка из кабачков, яиц и сыра

Ингредиенты

500 г кабачков, 3 яйца, 100 г сыра, 20 г сливочного масла, 4 столовые ложки панировочных сухарей, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Кабачки вымыть, очистить и нарезать кружочками. Сыр натереть на терке. Яйца взбить. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Кружочки кабачков выложить в смазанную сливочным маслом и посыпанную панировочными сухарями чашу, посолить, поперчить, залить яйцами, посыпать тертым сыром и запекать в режиме «Выпечка» 20 минут. При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Запеканка из цукини и лука

Ингредиенты

500 г цукини, 3 луковицы, 100 г сыра, 20 г сливочного масла, 3 столовые ложки панировочных сухарей, 1 столовая ложка майонеза, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1/4 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Цукини вымыть, очистить, нарезать кружочками, посолить, поперчить и сбрызнуть уксусом.

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Сыр натереть на крупной терке.

Кружочки цукини выложить в смазанную сливочным маслом и посыпанную панировочными сухарями чашу, сверху положить кольца лука, смазать их майонезом, посыпать тертым сыром и перцем, запекать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Запеканка из цукини и яиц

Ингредиенты

200 г цукини, 4 яйца, 20 мл растительного масла, 1 чайная ложка измельченной зелени укропа, 30 г панировочных сухарей, перец, соль.

Способ приготовления

Цукини вымыть, нарезать тонкими кружочками, выложить в смазанную растительным маслом чашу, сверху разбить яйца, посолить, поперчить, посыпать панировочными сухарями, запекать в режиме «Выпечка» 20 минут. При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Запеканка из цветной капусты и болгарского перца

Ингредиенты

100 г замороженной цветной капусты, 4 яйца, 1 болгарский перец, 20 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать. Цветную капусту и болгарский перец выложить в смазанную растительным маслом чашу, сверху разбить яйца, посолить, поперчить. Запекать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Запеканка из брокколи и брынзы

Ингредиенты

200 г замороженной брокколи, 200 г брынзы, 2 яйца, 1 пучок зелени петрушки, 1 чайная ложка сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть и нарубить. Яйца взбить. Брынзу натереть на крупной терке.

Брокколи выложить в смазанную сливочным маслом чашу, посолить, посыпать брынзой, полить взбитыми яйцами, запекать в режиме «Выпечка» 20 минут. При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Запеканка из белокочанной капусты с сыром и яйцом

Ингредиенты

500 г белокочанной капусты, 1 столовая ложка растительного масла, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 100 г сыра, 2 яйца, 1 пучок зелени петрушки.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть, сыр натереть на крупной терке. Яйца взбить. Капусту вымыть, нашинковать, выложить в смазанную растительным маслом и посыпанную сухарями чашу, залить яйцами, посыпать сыром и запекать в режиме «Выпечка» 20 минут. При подаче к столу украсить веточками петрушки.

Запеканка из цветной капусты по-белорусски

Ингредиенты

500 г цветной капусты, 200 мл молока, 2 яблока, 2 яйца, 3 столовые ложки манной крупы, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 30 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Цветную капусту вымыть, разобрать на соцветия, мелко нарезать. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать кубиками.

Капусту и яблоки выложить в чашу, залить молоком, посолить, готовить в режиме «На пару» 10 минут.

Добавить манную крупу и готовить в режиме «Молочная каша». Готовую массу охладить, добавить яйца, перемешать со

сливочным маслом и посыпать панировочными сухарями. Запекать в режиме «Выпечка» 20–25 минут.

Тыквенная запеканка с арахисом

Ингредиенты

500 г тыквы, 50 г очищенного арахиса, 50 г сливочного масла, 100 г тертого сыра, 50 г панировочных сухарей, соль.

Способ приготовления

Арахис измельчить. Тыкву вымыть, очистить, нарезать кубиками, выложить в чашу, влить немного воды и готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Перемешать со сливочным маслом и панировочными сухарями, посолить, посыпать арахисом и сыром. Запекать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Запеканка из баклажанов

Ингредиенты

500 г баклажанов, 3 зубчика чеснока, 1 чайная ложка тмина, 2–3 яйца, 1 чайная ложка растительного масла, 100 г пшеничной муки, соль.

Способ приготовления

Баклажаны вымыть и нарезать кружочками. Чеснок очистить, вымыть и натереть на мелкой терке. Яйца взбить.

Кружочки баклажанов посолить, смазать взбитыми яйцами, обвалять в муке и тмине, выложить в чашу, смазанную растительным маслом, запекать в режиме «Выпечка» 20–25 минут.

Запеканка из белой фасоли и тертого сыра

Ингредиенты

100 г белой фасоли, 100 г сыра, 2 яйца, 30 г сливочного масла, 50 г панировочных сухарей, соль.

Способ приготовления

Предварительно замоченную фасоль выложить в чашу, залить водой, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Сыр натереть на крупной терке.

Фасоль перемешать со сливочным маслом и сухарями, полить взбитыми яйцами, посолить, посыпать сыром, запекать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Запеканка из картофеля и цветной капусты

Ингредиенты

3 сваренных в мундире клубня картофеля, 6 яиц, 150 г вареной цветной капусты, 100 г тертого сыра, 100 г панировочных сухарей, 50 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель очистить, нарезать ломтиками, перемешать с цветной капустой, взбитыми яйцами, панировочными сухарями, посолить и поперчить. Смесь выложить в смазанную сливочным

маслом чашу, посыпать тертым сыром, запекать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Запеканка из картофеля и яблок

Ингредиенты

3 сваренных в мундире клубня картофеля, 3 яблока, 150 г сыра, 1 пучок зелени петрушки, 20 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать соломкой. Картофель очистить и нарезать кружочками. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Сыр натереть на крупной терке. Картофель и яблоки выложить в смазанную растительным маслом чашу, посолить, посыпать сыром. Запекать в режиме «Выпечка» 20 минут. При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Запеканка из шампиньонов

Ингредиенты

500 г шампиньонов, 2 луковицы, 200 г сметаны, 4–5 столовых ложек панировочных сухарей, 5–6 яиц, 1 столовая ложка растительного масла, 100 г сыра, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Сыр натереть на крупной терке. Яйца взбить. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Шампиньоны промыть, очистить, мелко нарезать, смешать с луком, посолить, поперчить, добавить сметану, панировочные сухари и взбитые яйца, выложить в смазанную растительным маслом чашу, посыпать тертым сыром и запекать в режиме «Выпечка» 20 минут. При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Запеканка из помидоров в тесте

Ингредиенты

4–5 помидоров, 2 столовые ложки муки, 100 г сыра, 1 чайная ложка растительного масла, 3 яйца, перец, соль.

Способ приготовления

Помидоры вымыть и нарезать кружочками. В муку добавить немного воды, соль и замесить жидкое тесто. Яйца взбить. Обмакнуть каждый кружочек помидоров в тесто, выложить в смазанную растительным маслом чашу, посыпать тертым сыром, перцем, залить взбитыми яйцами и запекать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Слоеная запеканка

Ингредиенты

4 помидора, 2 стручка болгарского перца, 2 небольших цукини, 2 луковицы, 2–3 зубчика чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, 100 г сыра, 1/2 пучка зелени петрушки, 1 пучка зелени

укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Помидоры и цукини вымыть, нарезать кружочками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить. Сыр натереть на крупной терке.

В чашу, смазанную растительным маслом, выложить слоями цукини, болгарский перец, лук, чеснок и помидоры, посолить, поперчить, посыпать сыром и запекать в режиме «Выпечка» 20 минут. При подаче к столу посыпать зеленью петрушки и укропа.

Запеканка по-итальянски

Ингредиенты

3–4 помидора, 200 г макаронных изделий, 200 г свежего зеленого горошка, 150 мл сливок, 50 г сыра, 1 яйцо, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка растительного масла, 1 пучка зелени базилика, перец, соль.

Способ приготовления

Макароны выложить в чашу, посолить, залить водой, готовить в режиме «На пару» 30 минут, откинуть на дуршлаг.

Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу и нарезать. Зелень базилика вымыть, нарубить. Сыр натереть на крупной терке. Чеснок очистить, вымыть, мелко нарезать.

Макароны смешать с помидорами и зеленым горошком, выложить в чашу, смазанную растительным маслом. Залить яйцом, взбитым со сливками, солью и перцем, посыпать сыром и запекать в режиме «Выпечка» 20 минут. Готовую запеканку посыпать чесноком и зеленью базилика.

Запеканка из спагетти с черри и карри

Ингредиенты

200 г вареных спагетти, 8 помидоров черри, 2 яйца, 40 г сливочного масла, 40 г панировочный сухарей, 10 мл оливкового масла, 2 чайные ложки карри, соль.

Способ приготовления

Спагетти перемешать со сливочным маслом. Черри вымыть. Яйца взбить с карри и солью.

Спагетти выложить в смазанную оливковым маслом чашу, сверху положить черри, залить яйцами, посыпать панировочными сухарями. Запекать в режиме «Выпечка» 20–25 минут.

Запеканка из домашней лапши

Ингредиенты

250 г вареной домашней лапши, 5 яиц, 50 г сливочного масла, 20 мл растительного масла, 1 пучок зелени петрушки и укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Лапшу смешать со сливочным маслом, взбитыми яйцами, солью и перцем.

Выложить в смазанную растительным маслом чашу, запекать в режиме «Выпечка» 20 минут. Зелень петрушки и укропа вымыть, нарезать. Запеканку выложить на блюдо, посыпать зеленью.

Запеканка из вермишели с грибами

Ингредиенты

250 г вареной мелкой вермишели, 4 яйца, 150 г жареных грибов, 50 г сливочного масла, 20 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Вермишель перемешать со сливочным маслом, взбитыми яйцами и грибами.

Выложить в смазанную растительным маслом чашу, посолить, запекать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Блюда из рыбы и морепродуктов

Филе минтая с картофелем

Ингредиенты

400 г филе минтая, 4 клубня картофеля, 2 луковицы, 150 г сыра, 100 г майонеза, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 пучка зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Филе промыть, крупно нарезать. Картофель вымыть, очистить, нарезать небольшими кружочками.

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень укропа вымыть и нарубить. Сыр натереть на крупной терке.

Рыбу, картофель и лук выложить в смазанную растительным маслом чашу, посолить, поперчить, полить майонезом, посыпать сыром.

Запекать в режиме «Выпечка» в течение 20–25 минут. Готовое блюдо посыпать зеленью укропа.

Минтай в маринаде

Ингредиенты

500 г филе минтая рыбы, 1 морковь, 2 луковицы, 1 чайная ложка сахара, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1 столовая ложка растительного масла, лавровый лист, 1 пучок зелени укропа, 1/2 пучка зелени петрушки, гвоздика, корица, соль.

Способ приготовления

Для приготовления маринада репчатый лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке, выложить в чашу, добавить лук, сахар, лавровый лист, гвоздику, корицу, уксус, соль, влить 500 мл воды и готовить в режиме «На пару» 20 минут.

Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить. Филе промыть, нарезать порционными кусками, залить охлажденным маринадом и оставить на 30 минут.

Чашу смазать растительным маслом, выложить в нее куски рыбы и запекать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Готовую рыбу посыпать зеленью петрушки и укропа.

Морской окунь, запеченный с луком и сладким перцем

Ингредиенты

450 г филе морского окуня, 100 мл несладкого йогурта, 2 луковицы, 2 стручка сладкого перца, 1 яйцо, 1/2 пучка зелени петрушки, красный и черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Филе рыбы промыть, нарезать небольшими кусочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами.

Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть, нарубить.

Выложить рыбу, лук и перец в чашу. Яйцо взбить с солью и перцем, добавить йогурт, перемешать и залить полученной смесью рыбу и овощи.

Запекать в режиме «Выпечка» 20–30 минут. Готовую рыбу посыпать зеленью петрушки.

Филе сома с имбирем в кляре

Ингредиенты

500 г филе сома, 100 мл молока, 2 столовые ложки пшеничной муки, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 чайной ложки имбиря, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Филе рыбы промыть, нарезать порционными кусками, посолить, залить молоком и оставить на 5 минут. Натереть имбирем и перцем, обвалять в муке. Чашу смазать растительным маслом, выложить в нее куски рыбы и жарить в режиме «Выпечка» в течение 20 минут.

Сазан с овощами

Ингредиенты

1 кг филе сазана, 2 зубчика чеснока, 2 столовые ложки лимонного сока, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени базилика, 4 помидора, 2 стручка болгарского перца, 1 небольшой цукини, 200 г картофельного пюре, перец, соль.

Способ приготовления

Цукини вымыть, нарезать небольшими кусочками. Чеснок очистить, вымыть, измельчить.

Филе сазана промыть, нарезать порционными кусками, натереть солью, перцем и чесноком, полить лимонным соком, оставить на 10 минут, выложить в чашу вместе с цукини, добавить растительное масло и запекать в режиме «Выпечка» 25–30 минут.

Помидоры вымыть, разрезать на половинки. Базилик вымыть, нарубить. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать небольшими кусочками.

Рыбу подать к столу с картофельным пюре, цукини, помидорами и болгарским перцем, посыпать базиликом.

Карп с луком

Ингредиенты

500 г карпа, 2 луковицы, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 50 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, 1 пучок зелени укропа, 1 лимон, перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу почистить, выпотрошить, промыть, нарезать

порционными кусками, посолить, посыпать перцем и обвалять в панировочных сухарях. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Лимон вымыть и нарезать небольшими кружочками. Зелень петрушки и укропа вымыть.

Чашу смазать сливочным маслом, выложить в нее куски рыбы и кольца лука и жарить в режиме «Выпечка» 25–30 минут. Рыбу и лук выложить на блюдо, оформить кружочками лимона, веточками петрушки и укропа.

Карп в винном маринаде

Ингредиенты

1 кг карпа, 100 мл белого вина, 2 столовые ложки растительного масла, 3–4 помидора, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу почистить, выпотрошить, промыть, нарезать порционными кусками, посолить, посыпать перцем, залить вином и оставить на 20 минут. Чашу смазать маслом, выложить в нее куски рыбы, жарить в режиме «Выпечка» 20 минут, полить маринадом, жарить еще 10 минут в том же режиме.

Помидоры вымыть и нарезать кружочками. Зелень укропа вымыть и нарубить. Готовую рыбу выложить на блюдо, посыпать зеленью укропа и оформить помидорами.

Пикша, жаренная с баклажанами

Ингредиенты

1 кг пикши, 4 столовые ложки растительного масла, 4 баклажана, 4 столовые ложки пшеничной муки, 3 зубчика чеснока, 2 огурца, 4 помидора, 1/2 пучка зелени кинзы, перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу выпотрошить, вымыть, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, полить 2 столовыми ложками растительного масла. Чеснок очистить, вымыть и натереть на мелкой терке. Помидоры и огурцы вымыть, нарезать кружками. Зелень кинзы вымыть и нарубить.

Баклажаны вымыть, нарезать кружочками, посолить, посыпать чесноком, обвалять в муке.

Чашу смазать оставшимся маслом, выложить в нее куски рыбы и кружочки баклажанов, жарить в режиме «Выпечка» 25–30 минут. Рыбу и баклажаны выложить на блюдо, посыпать зеленью кинзы и оформить кружочками помидоров и огурцов.

Семга в маринаде из красного вина

Ингредиенты

1 кг семги, 1 луковица, 30 г сливочного масла, 100 мл красного вина, 4 столовые ложки томатного соуса, 2 огурца, 100 г редиса, 1 пучок зелени укропа, 5–7 горошин душистого перца, черный

молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу почистить, выпотрошить, вымыть, нарезать порционными кусками, посолить и посыпать черным перцем. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать.

Для приготовления маринада смешать томатный соус, вино, лук и душистый перец, вылить в чашу, готовить в режиме «На пару» 10 минут. Рыбу залить охлажденным маринадом и оставить на 20 минут.

Редис и огурцы вымыть, нарезать кружочками. Зелень укропа вымыть и нарубить. Чашу смазать сливочным маслом, выложить в нее куски рыбы, жарить в режиме «Выпечка» 20 минут, полить маринадом, жарить еще 10 минут в том же режиме.

Рыбу выложить на блюдо, посыпать зеленью укропа, украсить кружочками редиса и огурцов.

Форель в пивном кляре

Ингредиенты

700 г филе форели, 250 г пшеничной муки, 2 яйца, 120 мл светлого пива, 2 чайные ложки лимонного сока, 5–6 столовых ложек растительного масла, 4 столовые ложки кетчупа, соль.

Способ приготовления

Филе форели промыть, нарезать порционными кусками, посолить, сбрызнуть лимонным соком.

Муку (200 г) высыпать горкой в глубокую миску, сделать углубление, добавить яйца, пиво и соль. Замесить тесто.

Куски рыбы обвалять в оставшейся муке, обмакнуть в тесто, выложить в чашу с растительным маслом. Жарить в режиме «Выпечка» 25 минут. При подаче к столу полить кетчупом.

Сазан с картофелем в яблочном маринаде

Ингредиенты

1 кг сазана, 100 мл яблочного сока, 4 клубня картофеля, 50 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, мускатный орех на кончике ножа, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать крупными кусками и посолить. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Рыбу почистить, выпотрошить, вымыть и нарезать порционными кусками. Яблочный сок смешать с перцем, мускатным орехом и 200 мл воды. Куски рыбы посолить, залить приготовленным маринадом и оставить на 20 минут.

Чашу смазать маслом, выложить в нее куски рыбы и картофеля и жарить в режиме «Выпечка» 25 минут.

Картофель и рыбу выложить на блюдо и посыпать зеленью петрушки.

Котлеты из сома

Ингредиенты

700 г филе сома, 1 клубень картофеля, 1 морковь, 1 яйцо, 1 луковица, 70 г панировочных сухарей, 50 мл растительного масла, 1 столовая ложка муки, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, натереть на мелкой терке. Лук очистить, вымыть, измельчить. Филе сома промыть, пропустить через мясорубку, добавить картофель, морковь, яйцо, лук, муку, посолить, поперчить, перемешать. Из фарша сформовать котлеты, обвалять их в панировочных сухарях, выложить в смазанную растительным маслом чашу, жарить в режиме «Выпечка» 20 минут, перевернуть жарить в том же режиме еще 20 минут.

Рыбные палочки со спагетти

Ингредиенты

400 г филе морской рыбы, 1 луковица, 1 яйцо, 2–3 столовые ложки растительного масла, 200 г спагетти, 50 г сливочного масла, 1 пучок зелени укропа, 100 г панировочных сухарей, перец, соль.

Способ приготовления

Филе рыбы промыть. Лук очистить, вымыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с филе рыбы. В фарш добавить яйцо, соль, перец, перемешать.

Спагетти выложить в чашу, залить кипящей водой, готовить в режиме «На пару» 20 минут, откинуть на сито, заправить сливочным маслом. Зелень укропа вымыть.

Из фарша сформовать прямоугольные изделия длиной около 10 см, обвалять их в панировочных сухарях, заморозить.

Изделия выложить в чашу, смазанную растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» 20 минут, перевернуть, жарить еще 20 минут в том же режиме, выложить на блюдо, гарнировать спагетти, украсить веточками укропа.

Лосось в сметане

Ингредиенты

1 кг филе лосося, 2 луковицы, 1 лимон, 100 г сметаны, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зелени укропа и петрушки, 2 столовые ложки сока лайма, 1 чайная ложка семян тмина, перец, соль.

Способ приготовления

Филе лосося промыть, нарезать порционными кусками и сбрызнуть соком лайма. Лимон вымыть, нарезать кружочками. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зеленый лук, зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить.

Куски лосося выложить в чашу, сверху выложить лук и

зелень. Посолить, поперчить, посыпать семенами тмина, полить сметаной и запекать в режиме «Выпечка» 20–25 минут. Готовую рыбу выложить на блюдо, украсить кружочками лимона.

Лосось под лимонным соусом

Ингредиенты

800 г филе лосося, цедра 1 лимона, 4 столовые ложки лимонного сока, 3 столовые ложки растительного масла, 2–3 горошины душистого перца, 2–3 горошины черного перца, 1–2 бутона гвоздики, лавровый лист, соль.

Способ приготовления

Филе лосося промыть, нарезать порционными кусками и выложить в чашу. Цедру натереть на мелкой терке. Для приготовления соуса растереть в ступке перец, гвоздику и лавровый лист, добавить растительное масло, лимонный сок и соль, перемешать.

Залить рыбу соусом и запекать в режиме «Выпечка» 30 минут. Готовую рыбу посыпать лимонной цедрой.

Камбала по-прибалтийски

Ингредиенты

500 г филе камбалы, 350 г молодого картофеля, 2–3 помидора, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 веточка мяты, 1 веточка эстрагона, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить. Помидоры вымыть, нарезать кружочками. Мяту и эстрагон вымыть, нарубить. Чеснок очистить, вымыть, мелко нарезать.

Филе рыбы промыть, крупно нарезать. Выложить в чашу картофель, рыбу и помидоры, посолить, поперчить и полить смесью растительного масла и лимонного сока. Запекать в режиме «Выпечка» 60 минут. Готовое блюдо посыпать чесноком и зеленью.

Лосось, фаршированный гречневой кашей

Ингредиенты

Лосось, 2 зубчика чеснока, 150 г гречневой каши, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/2 пучка зеленого лука, перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу почистить, выпотрошить и вымыть. Чеснок очистить, вымыть и мелко нарезать. Зелень петрушки и укропа вымыть. Зеленый лук вымыть и нарубить.

Для приготовления фарша гречневую кашу смешать с зеленым луком и чесноком.

Рыбу посолить, поперчить, нафаршировать, смазать маслом,

выложить в чашу, влить немного воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу украсить веточками укропа и петрушки.

Судак, фаршированный красным луком

Ингредиенты

Судак, 3 красные луковицы, 60 г сливочного масла, 2 чайные ложки лимонного сока, имбирь на кончике ножа, соль.

Способ приготовления

Рыбу почистить, выпотрошить, промыть, посолить. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, сбрызнуть лимонным соком, посыпать имбирем и начинить этим фаршем рыбу.

Чашу смазать сливочным маслом, выложить в нее рыбу и жарить в режиме «Выпечка» 30 минут.

Горбуша, фаршированная рисом

Ингредиенты

Горбуша, 100 г отварного риса, 100 мл грибного бульона, 1 луковица, 1/2 пучка зелени укропа и петрушки, 1 столовая ложка лимонного сока, перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу почистить, выпотрошить, промыть, натереть солью и перцем, сбрызнуть лимонным соком.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, смешать с рисом, посолить. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить.

Нафаршировать рыбу рисом с луком, положить в чашу, залить бульоном и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа и петрушки.

Камбала с грибами и щавелем

Ингредиенты

1 кг филе камбалы, 50 г щавеля, 100 г маринованных опят, 2 стебля лука-порея, 200–250 мл грибного бульона, 3 столовые ложки соевого соуса, 2–3 столовые ложки лимонного сока, 1/2 пучка зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Филе камбалы промыть, нарезать небольшими кусочками. Щавель вымыть, нарезать. Лук-порей вымыть, нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть, нарубить.

Бульон смешать с соевым соусом и лимонным соком, посолить, влить в чашу, добавить кусочки камбалы, лук-порей, щавель и опята, поперчить. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Королевский окунь с овощами

Ингредиенты

500 г филе королевского окуня, 200 мл овощного бульона, 2 клубня картофеля, 2 моркови, 2 помидора, 2 луковицы, 1 пучок зелени укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Филе рыбы промыть, нарезать небольшими кусочками. Картофель и морковь очистить, вымыть, нарезать кубиками. Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу и нарезать небольшими кусочками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Рыбу, картофель и морковь выложить слоями в чашу, залить бульоном, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Добавить лук, помидоры, лавровый лист, посолить, поперчить и готовить еще 15 минут в режиме «На пару».

При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Хек с овощами и лимоном

Ингредиенты

600 г филе хека, 200 мл грибного бульона, 2 моркови, 1 луковица, 1 корень сельдерея, 1 лимон, 2 столовые ложки растительного масла, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу промыть, нарезать порционными кусками, натереть солью и перцем. Морковь и корень сельдерея очистить, вымыть, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Лимон вымыть, нарезать кружочками.

Морковь, сельдерей и лук выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», переложить в отдельную посуду. В чашу выложить куски рыбы. Сверху положить жареные овощи и кружочки лимона. Залить бульоном, добавить лавровый лист и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Зубатка с картофелем и хреном

Ингредиенты

400 г филе зубатки, 2–3 клубня картофеля, 50 г тертого хрена, 100 г майонеза, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить и нарезать кубиками. Хрен сбрызнуть уксусом.

Филе зубатки промыть, положить в чашу вместе с картофелем, посолить, поперчить, полить майонезом, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать хреном.

Филе морского языка с молодым картофелем и кореньями

Ингредиенты

800 г филе морского языка, 200 г молодого картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1/2 пучка зеленого лука, 1/2 пучка зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, мелко нарезать. Зеленый лук и зелень укропа вымыть, нарубить.

Филе рыбы промыть, нарезать порционными кусками. Морковь и коренья очистить, вымыть, нарезать кубиками. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Рыбу посолить, поперчить, выложить в чашу, сверху положить картофель, лук, морковь и коренья. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленым луком и укропом.

Морской окунь с болгарским перцем и картофелем

Ингредиенты

400 г филе морского окуня, 1 клубень картофеля, 3–4 стручка болгарского перца, 100 г майонеза, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить и нарезать тонкими кружочками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кольцами.

Филе рыбы промыть, крупно нарезать, положить в чашу, сверху выложить болгарский перец и картофель, посолить, полить майонезом. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Судак с цветной капустой и рисом

Ингредиенты

1 кг филе судака, 100 г риса, 300 г замороженной цветной капусты, 1 апельсин, 1 луковица, 1/2 пучка зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Рис промыть, выложить в чашу, залить водой, посолить, сварить в режиме «Гречка» или «Плов». Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть. Апельсин вымыть и нарезать кружочками.

Филе рыбы промыть, нарезать небольшими кусочками, смешать с луком, посолить, поперчить, выложить в чашу, сверху выложить цветную капусту. Готовить в режиме «На пару» 25 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу гарнировать рисом, украсить кружочками апельсина и веточками петрушки.

Форель с сыром

Ингредиенты

500 г филе форели, 3 сваренных вкрутую яйца, 2 луковицы, 100 г

сыра, 150 г майонеза, перец, соль.

Способ приготовления

Яйца очистить и нарубить. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Сыр натереть на крупной терке.

Филе рыбы промыть, нарезать, выложить в чашу, посолить, поперчить, сверху положить кольца лука, посыпать рублеными яйцами и тертым сыром, полить майонезом. Запекать в режиме «Выпечка» 25 минут.

Семга с кабачками по-китайски

Ингредиенты

1 кг филе семги, 500 г кабачков, 5 столовых ложек растительного масла, 2 луковицы, 2 помидора, 2–3 лавровых листа, 1 столовая ложка аджики, 1 пучок зелени сельдерея, 1/2 пучка зелени петрушки, 1 веточка чабреца, 1 чайной ложки тмина, 1/4 чайной ложки корицы, 1 чайная ложка молотого красного перца, 1/4 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Кабачки вымыть, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Помидоры вымыть, нарезать ломтиками. Зелень сельдерея вымыть, нарубить. Зелень петрушки и веточку чабреца вымыть.

Филе семги промыть, нарезать кусочками, выложить в чашу, добавить лук, сельдерей, черный перец, аджику, тмин, чабрец, помидоры, корицу и растительное масло. Готовить в режиме «На пару» 10 минут, добавить кабачки, красный перец, соль, лавровый лист и готовить в течение 20–25 минут в режиме «Выпечка». При подаче к столу украсить веточками петрушки.

Морской язык с черносливом

Ингредиенты

1 кг филе морского языка, 100 г чернослива, 1 луковица, 5–6 помидоров, 2 зубчика чеснока, 2 столовые ложки винного уксуса, 1 чайная ложка сахара, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/2 пучка зелени базилика, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки лимонного сока, перец, соль.

Способ приготовления

Филе морского языка промыть, мелко нарезать, сбрызнуть лимонным соком. Чернослив нарезать небольшими кусочками. Лук и чеснок очистить, вымыть, нарезать. Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу и нарезать небольшими кусочками. Зелень петрушки и базилика вымыть, нарубить.

Лук, чеснок и чернослив смешать с растительным маслом, помидорами, выложить в чашу, добавить рыбу и чернослив, влить 100 мл воды, добавить уксус и сахар, посолить, поперчить. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в

режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью петрушки и базилика.

Морской язык с яблоками

Ингредиенты

1 кг филе морского языка, 3 яблока, 1 столовая ложка томатной пасты, перец, соль.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, крупно нарезать. Филе рыбы промыть, крупно нарезать, выложить в чашу, посолить, поперчить, сверху выложить яблоки и томатную пасту. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Тефтели из сома

Ингредиенты

400 г филе сома, 200 мл овощного бульона, 100 г риса, 1 яйцо, 1 луковица, 1 столовая ложка томатной пасты, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Рис промыть, замочить на 15 минут в теплой кипяченой воде, откинуть на сито.

Филе рыбы промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить рис и яйцо, посолить, поперчить, тщательно перемешать.

Сформовать из полученной массы тефтели, выложить их в чашу, залить бульоном, смешанным с томатной пастой, добавить лавровый лист. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Тефтели из судака с грибами

Ингредиенты

400 г филе судака, 250 г шампиньонов, 100 мл грибного бульона, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/2 пучка зелени кинзы, перец, соль.

Способ приготовления

Филе рыбы промыть, пропустить через мясорубку. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Шампиньоны промыть, мелко нарезать. Зелень кинзы и петрушки вымыть, нарубить.

Смешать рыбный фарш с шампиньонами, луком и зеленью, посолить, поперчить. Сформовать тефтели, положить их в чашу и залить бульоном. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Креветки с цукини и маринованными грибами

Ингредиенты

250 г очищенных креветок, 150 г цукини, 100 г маринованных грибов, 50 г майонеза, 1 столовая ложка лимонного сока, соль.

Способ приготовления

Цукини вымыть и нарезать тонкими кружочками. Грибы нарезать ломтиками.

Креветки сбрызнуть лимонным соком, посолить, выложить в корзину для варки на пару, сверху выложить цукини и грибы, смазать майонезом. Готовить в режиме «На пару» 10–15 минут.

Кальмары в маринаде

Ингредиенты

500 г очищенных кальмаров, 1 пучок зелени петрушки, 1 пучок зеленого лука, 1/2 пучка зелени кинзы, 2 чайные ложки сахара, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 1 столовая ложка растительного масла, 1 стручок горького перца, соль.

Способ приготовления

Для приготовления маринада зелень петрушки и кинзы, горький перец вымыть, удалить плодоножку и семена, мелко нарезать, выложить в чашу, залить 200 мл воды, добавить соль и сахар, готовить в режиме «На пару» 10 минут, охладить, влить уксус и растительное масло.

Кальмары промыть, крупно нарезать, залить маринадом и оставить на 10 минут. Зеленый лук вымыть.

Куски кальмаров вынуть из маринада, выложить в корзину для варки на пару, готовить в режиме «На пару» 7 минут. При подаче к столу сбрызнуть маринадом, украсить стрелками зеленого лука.

Кальмары, фаршированные рисом и морковью

Ингредиенты

4 тушки очищенных кальмаров, 100 г отварного риса, 3 моркови, 100 мл рыбного бульона, 1 луковица, 1/2 пучка зелени укропа, 1 столовая ложка лимонного сока, соль.

Способ приготовления

Кальмары промыть, посолить и сбрызнуть лимонным соком. Лук и морковь очистить, вымыть, мелко нарезать, смешать с рисом, посолить. Зелень укропа вымыть, нарубить. Нафаршировать кальмары рисовой смесью, выложить в чашу, залить бульоном и готовить в режиме «На пару» 10–15 минут. При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Кальмары, фаршированные шампиньонами и сельдереем

Ингредиенты

5 тушек очищенных кальмаров, 200 г шампиньонов, 1 луковица, 2 столовые ложки майонеза, 1 стебель сельдерея, 50 г сливочного масла, 1/2 пучка зелени петрушки, соль.

Способ приготовления

Грибы промыть, мелко нарезать. Репчатый лук очистить, вымыть, измельчить. Стебель сельдерея вымыть, измельчить. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Грибы и репчатый лук выложить в чашу со сливочным маслом, посолить, добавить сельдерей, обжарить в режиме «Выпечка».

Кальмары промыть, наполнить приготовленной смесью, выложить в чашу, влить немного воды, добавить майонез. Готовить в режиме «На пару» 10 минут. При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Кальмары, фаршированные рисом и сыром

Ингредиенты

4 тушки очищенных кальмаров, 100 г вареного риса, 100 г сыра, 1 вареная морковь, 50 г майонеза, соль.

Способ приготовления

Кальмары промыть. Морковь очистить, мелко нарезать. Сыр натереть на крупной терке, перемешать с рисом и морковью. Наполнить приготовленной смесью кальмары, выложить в корзину для варки на пару, посолить, готовить в режиме «На пару» 10–15 минут. При подаче к столу смазать майонезом.

Мясные блюда

Говядина, запеченная с кабачками

Ингредиенты

300 г вареной говядины, 500 г кабачков, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 150 г тертого сыра, 20 г сливочного масла, 1 пучок зелени кинзы, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Чеснок очистить, вымыть, нарубить. Зелень кинзы вымыть, измельчить. Мясо промыть, нарезать очень тонкими ломтиками. Кабачки вымыть, нарезать кружочками, выложить в смазанную сливочным маслом чашу, сверху положить мясо, лук, чеснок, посолить, посыпать сыром. Запекать в режиме «Выпечка» 25 минут. При подаче к столу посыпать зеленью кинзы.

Рулет из курицы с картофелем и зеленью

Ингредиенты

1 кг филе курицы, 3–4 клубня картофеля, 1 луковица, 100 мл томатного соуса, 100 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, приправа для курицы, соль.

Способ приготовления

Для приготовления начинки лук очистить, вымыть, измельчить. Картофель вымыть, очистить, натереть на терке, добавить лук, вымытую и измельченную зелень петрушки, перемешать. Филе курицы промыть, выложить на разделочную доску, слегка отбить, посолить, посыпать приправой, выложить приготовленную начинку, свернуть рулетом, перевязать кулинарной нитью, смазать сливочным маслом (30 г), выложить в чашу, обжарить в режиме «Выпечка», добавить томатный соус и оставшееся сливочное масло, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Рулет нарезать порционными кусками и при подаче к столу полить оставшимся от тушения соусом.

Рулет из курицы с козьим сыром и гарниром из киноа

Ингредиенты

1 кг филе куриной грудки, 200 г мягкого козьего сыра, 50 г манной крупы, 1 стручок сладкого перца, 150 г консервированной стручковой фасоли, ломтики лимона, 300 г киноа, перец, соль.

Способ приготовления

Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать небольшими кусочками. Киноа выложить в чашу вместе со сладким перцем, посолить, готовить в режиме «На пару» 20–25 минут. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Сыр размять,

перемешать с зеленью петрушки и манной крупой. Филе курицы промыть, выложить в один слой на разделочную доску, сверху выложить приготовленную начинку, свернуть рулетом, посолить, поперчить, перевязать кулинарной нитью. Выложить в чашу, готовить в режиме «На пару» 30 минут.

Рулет нарезать порционными кусками, выложить на тарелку вместе со стручковой фасолью, ломтиками лимона и гарниром.

Говядина с краснокочанной капустой

Ингредиенты

500 г говядины, 400 г краснокочанной капусты, 2 клубня картофеля, 1 луковица, 4 яйца, 20 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Говядину промыть, мелко нарезать. Картофель вымыть, очистить, нарезать тонкими кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Капусту вымыть, нашинковать.

Говядину и лук выложить в смазанную сливочным маслом чашу, сверху положить капусту, картофель, залить взбитыми яйцами, посолить, поперчить. Запекать в режиме «Выпечка» 60 минут.

Жаркое из говядины по-польски

Ингредиенты

400 г говядины, 100 г шпика, 2 луковицы, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 2 лавровых листа, 2 зубчика чеснока, 3 помидора, 2 столовые ложки кетчупа, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Чеснок очистить и вымыть. Помидоры вымыть и нарезать дольками. Мясо промыть, нарезать порционными кусками, слегка отбить. Шпик нарезать тонкими ломтиками. Влить в чашу 0,5 л воды, добавить соль, перец, лавровый лист, чеснок, готовить в режиме «На пару» 15 минут, охладить. Мясо и шпик залить приготовленным маринадом, добавить уксус, лимонный сок и оставить на 1 час.

Куски мяса, ломтики шпика и кольца лука выложить в чашу, готовить в режиме «Выпечка» 30 минут, полить маринадом, готовить еще 30 минут в том же режиме. При подаче к столу полить кетчупом и оформить помидорами.

Жаркое из говядины, замаринованной в виски

Ингредиенты

1 кг говядины, 2 лимона, 150 мл виски, 50 мл виноградного уксуса, 100 г шпика, 3 луковицы, 1 бутон гвоздики, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Говядину промыть, нарезать крупными кусками. Шпик нарезать небольшими кусочками.

Для приготовления маринада репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Лимоны вымыть, снять с них цедру, мякоть мелко нарезать. Цедру натереть на терке и соединить с мякотью, добавить лук, соль, гвоздику, перец, лавровый лист, виски и виноградный уксус. Положить в маринад куски мяса и шпика, убрать в прохладное место на 4 часа.

Куски мяса и шпик выложить в чашу. Жарить в режиме «Выпечка» 25–30 минут, полить маринадом, жарить еще 25 минут в том же режиме.

Жаркое из говядины, замаринованной с айвой и болгарским перцем

Ингредиенты

1 кг говядины, 150 мл растительного масла, 3 луковицы, 3 стручка болгарского перца, 2 помидора, 2 айвы, 15 г крахмала, 1 яйцо, 80 мл белого вина, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами.

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать ломтиками. Айву вымыть, удалить сердцевину, крупно нарезать. Помидоры вымыть и измельчить.

Выложить мясо и овощи с айвой в эмалированную емкость, посолить, поперчить, влить вино и 50 мл растительного масла. Крахмал взбить с яйцом и добавить к маринаду. Все хорошо перемешать и убрать в прохладное место на 2–3 часа.

Куски мяса вперемешку с болгарским перцем, луком и айвой выложить в чашу. Жарить в режиме «Выпечка» 25 минут, полить маринадом и оставшимся растительным маслом, жарить еще 25 минут в том же режиме.

Говядина с шампиньонами и болгарским перцем

Ингредиенты

1 кг говядины, 300 г шампиньонов, 2 стручка болгарского перца, 70 мл растительного масла, 3 луковицы, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать кусочками по 50 г, пересыпать смесью соли и перца. Грибы промыть, крупные разрезать пополам, а мелкие оставить целыми. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кольцами. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Кусочки мяса вперемежку с кольцами лука, болгарского перца и кусочками грибов выложить в чашу, сбрызнуть растительным маслом, готовить в режиме «Выпечка» 65 минут. Оставить в режиме «Подогрев».

Телятина с чесноком и тмином

Ингредиенты

1 кг телятины, 3 зубчика чеснока, 15 г тмина, 10 г сахара, перец, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Мясо промыть, нарубить, перемешать с чесноком и тмином. Посолить, посыпать сахаром и поперчить. Выложить в чашу, запекать в режиме «Выпечка» 65 минут.

Жаркое из телятины с мускатным орехом

Ингредиенты

1 кг телятины, 250 г шпика, 3 луковицы, 100 мл оливкового масла, 5 г тертого мускатного ореха, 1 бутон гвоздики, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Мясо промыть, нарезать кусочками по 100–120 г, выложить в эмалированную емкость. Из оливкового масла, измельченного лаврового листа, соли, перца, гвоздики, мускатного ореха приготовить маринад, залить им мясо, убрать в прохладное место на 2–3 часа.

Шпик нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу вперемежку с мясом. Жарить в режиме «Выпечка» 30 минут, полить маринадом, жарить еще 35 минут в том же режиме.

Кролик, фаршированный яблоками и курагой

Ингредиенты

Тушка кролика, 150 г сала, 3 яблока, 100 г кураги, 10 г тертого имбиря, 500 мл красного вина, 80 мл растительного масла, 5 г корицы, лавровый лист, 20 г измельченного чеснока, перец, соль.

Способ приготовления

Для приготовления маринада добавить в подогретое вино соль, перец, корицу, лавровый лист, чеснок, кипятить 3 минуты, затем влить растительное масло и кипятить еще 5 минут. Готовый маринад охладить, залить им промытую тушку кролика и оставить на 3 часа в прохладном месте. Маринад слить, процедить.

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать крупными кусками. Курагу соединить с яблоками, имбирем и мелко нарезанным салом. Полученной смесью наполнить тушку кролика и зашить нитками.

Тушку кролика выложить в чашу, жарить в режиме «Выпечка» 25 минут, полить маринадом. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Куриные окорочка, фаршированные печенью и шампиньонами

Ингредиенты

2 куриных окорочка, 100 г пшеничного хлеба, 100 мл молока, 150 г шампиньонов, 100 г куриной печени, 50 г майонеза, 1 луковица, 80 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Грибы промыть, очистить, мелко нарезать, выложить в чашу, добавить 2 столовые ложки сливочного масла, обжарить в режиме «Выпечка», переложить в отдельную посуду.

Печень промыть, нарезать кусочками, посолить, выложить в чашу, добавить 1 столовую ложку сливочного масла, обжарить в режиме «Выпечка», переложить в отдельную посуду. Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать.

Куриные окорочка промыть, снять кожу «чулком», у сустава перерубить косточку. Часть косточки оставить с кожей.

Мясо отделить от костей, пропустить через мясорубку, смешать с размоченным в молоке хлебом, грибами, печенью, снова пропустить через мясорубку, посолить, поперчить и добавить лук.

Наполнить фаршем куриные окорочка, зашить нитками, выложить в чашу, смазанную оставшимся сливочным маслом. Жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны, убрать нитки. Фаршированные ножки выложить на блюдо, смазать майонезом, посыпать зеленью петрушки.

Курица, фаршированная говядиной

Ингредиенты

Тушка курицы, 500 г говядины, 2 столовые ложки сливок, 2 столовые ложки тертой моркови, 3 яйца, 50 мл белого вина, 2 г мускатного ореха, 100 мл кетчупа, лавровый лист, 3 горошины черного перца, молотый перец, соль.

Способ приготовления

Тушку курицы промыть, обрезать по суставам крыльев и ножек, сделать разрез от шеи до гузки. Стараясь не повредить кожу, аккуратно снять ее с тушки, посолить, поперчить и сбрызнуть 1 чайной ложкой вина.

Срезать мясо. Кости и потроха промыть, выложить в чашу, залить холодной водой, добавить соль, тертую морковь, лавровый лист, перец горошком и готовить в режиме «Тушение» 1 час. Бульон процедить.

Мясо курицы и говядину промыть, пропустить через мясорубку. В фарш добавить яйца, сливки, соль, молотый перец, мускатный орех, оставшееся вино и перемешать.

Наполнить кожу курицы приготовленным фаршем,

разрезанный край подвернуть и зашить нитками. Фаршированную курицу выложить в чашу, жарить в режиме «Выпечка» 20 минут, влить немного бульона, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев». Выложить курицу на блюдо, нарезать тонкими ломтиками, полить кетчупом и подать к столу с оставшимся бульоном.

Курица, фаршированная свининой и грецкими орехами

Ингредиенты

Тушка курицы, 500 г свинины, 100 г измельченных ядер грецких орехов, 2 столовые ложки сливок, 2 столовые ложки рубленого зеленого лука, 2 лавровых листа, 3 яйца, 2 столовые ложки лимонного сока, 100 г майонеза, 3–4 горошины черного перца, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Тушку курицы промыть, обрезать по суставам крыльев и ножек, сделать разрез от шеи до гузки. Стараясь не повредить кожу, снять ее с тушки, посолить, поперчить и сбрызнуть 1 столовой ложкой лимонного сока.

Срезать мясо. Кости и потроха промыть, выложить в чашу, залить холодной водой, добавить соль, лавровый лист, перец горошком и готовить в режиме «Тушение» 1 час. Бульон процедить.

Мясо курицы и свинину промыть, пропустить через мясорубку. В фарш добавить яйца, сливки, соль, молотый перец, орехи, оставшийся лимонный сок и перемешать.

Наполнить кожу курицы приготовленным фаршем, разрезанный край подвернуть и зашить нитками.

Фаршированную курицу выложить в чашу, жарить в режиме «Выпечка» 20 минут, влить немного бульона, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Выложить курицу на блюдо, нарезать тонкими ломтиками, полить майонезом, посыпать рубленым зеленым луком и подать к столу с оставшимся бульоном.

Филе курицы с цукини

Ингредиенты

300 г филе курицы, 300 г цукини, 1 луковица, 3 яйца, 150 г тертого сыра, 20 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Цукини вымыть, нарезать кружочками. Мясо промыть, нарезать ломтиками, выложить в смазанную сливочным маслом чашу, сверху выложить лук и цукини. Залить взбитыми яйцами, посыпать сыром, поперчить, посолить. Запекать в режиме «Выпечка» 25 минут.

Курица, фаршированная зеленью

Ингредиенты

Тушка курицы, 50 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, 1 пучок зеленого лука, 4 помидора, перец, соль.

Способ приготовления

Зеленый лук и зелень петрушки вымыть, мелко нарезать. Помидоры вымыть и нарезать кружочками. Тушку курицы промыть, начинить зеленью петрушки и зеленым луком, натереть солью и перцем, смазать маслом, выложить в чашу и жарить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут. Влить немного воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу украсить кружочками помидоров.

Курица в сырном кляре с яблоками

Ингредиенты

Тушка курицы, 3–4 яблока, 200 г тертого сыра, 2 яйца, 100 мл молока, 1 чайная ложка муки, 100 г панировочных сухарей, 1 пучок зелени петрушки, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, разрезать на четверти, удалить сердцевину. Зелень петрушки и укропа вымыть и нарубить. Тушку курицы промыть. Яйца взбить с солью и перцем, добавить муку, тертый сыр, влить молоко, перемешать и облить этой смесью курицу. Курицу посыпать панировочными сухарями, выложить в чашу вместе с яблоками, жарить в режиме «Выпечка» 65 минут. Оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью.

Шницели из курицы

Ингредиенты

600 г филе курицы, 50 г сливочного масла, 50 г панировочных сухарей, 2 столовые ложки молока, 1 чайная ложка топленого масла, 1 яйцо, 1/2 пучка зелени петрушки, 1 авокадо, 1 огурец, 1 стручок сладкого перца, 1/4 чайной ложки молотого красного перца, соль.

Способ приготовления

Мясо курицы промыть, пропустить через мясорубку, добавить молоко, соль, перемешать и сформовать лепешки. В середину каждой лепешки положить небольшой кусочек сливочного масла. Поставить лепешки на 20 минут в прохладное место, затем защипить края, смазать взбитым яйцом и обвалять в сухарях, смешанных с красным перцем.

Выложить в смазанную топленым маслом чашу и жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны. Зелень петрушки вымыть. Авокадо вымыть, очистить, удалить косточку, нарезать ломтиками. Огурец вымыть, нарезать кружочками.

Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, крупно нарезать. Шницели украсить веточками петрушки и подать к столу с гарниром из авокадо и овощей.

Курица, фаршированная черносливом, орехами и медом

Ингредиенты

Тушка курицы, 100 г чернослива, 50 г меда, 70 г ядер грецких орехов, 150 мл яблочного уксуса, 50 мл коньяка, 3 луковицы, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать. Курицу промыть. В подогретую воду (0,7 л) добавить соль, перец, лук, влить уксус и коньяк, довести до кипения и снять с огня. Дать маринаду остыть, затем залить им курицу. Оставить в прохладном месте на 2 часа. Маринад слить. Грецкие орехи соединить с предварительно замоченным черносливом, добавить мед, размешать. Начинить полученной смесью курицу, зашить нитками, выложить в чашу, жарить в режиме «Выпечка» 20 минут, полить маринадом. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Курица по-сибирски

Ингредиенты

Тушка курицы, 150 мл растительного масла, 200 г клюквы, 20 г сахара, 20 г тертого чеснока, 3 г красного молотого перца, 3 г черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Тушку курицы промыть. Клюкву перебрать, вымыть. Чеснок смешать с солью, красным и черным молотым перцем. Натереть полученной смесью курицу.

Начинить ее смесью клюквы и сахара, зашить нитками и выложить в чашу с растительным маслом. Жарить в в режиме «Выпечка» 20 минут, влить немного воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Курица в чесночном соусе

Ингредиенты

Тушка курицы, 150 г сметаны, 5 г сахара, лавровый лист, 3 зубчика чеснока, черный перец горошком, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Из сметаны, соли, перца, сахара, измельченного лаврового листа и чеснока приготовить соус, тщательно смешав все ингредиенты.

Тушку курицы промыть, натереть соусом, выложить в чашу, обжарить в режиме «Выпечка», влить немного воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Курица, фаршированная апельсинами

Ингредиенты

Тушка курицы, 3 апельсина, 50 г свиного жира, 5 г сахара, соль.

Способ приготовления

Апельсины вымыть, очистить, разделить на дольки. Тушку курицы промыть, посыпать смесью соли и сахара, начинить апельсинами, зашить нитками, выложить в чашу, смазанную жиром.

Обжарить в режиме «Выпечка», влить немного воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Цыпленок в топленом масле с картофелем

Ингредиенты

Тушка цыпленка, 200 г топленого масла, 100 г муки, 4 клубня картофеля, 20 мл томатного соуса, 20 мл соевого соуса, 1/2 пучка зеленого лука, 1/4 чайной ложки молотой гвоздики, 2 г корицы, перец, соль.

Способ приготовления

Тушку цыпленка промыть, опустить в подсоленную воду, оставить на 15 минут. Затем снять кожу, обмакнуть в горячее топленое масло (180 г), посыпать смесью корицы, гвоздики и перца, обвалять в муке, выложить в чашу. Запекать в режиме «Выпечка» 30 минут, добавить соевый и томатный соус, запекать в том же режиме еще 25 минут.

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками, выложить в чашу, добавить оставшееся топленое масло, посолить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Зеленый лук вымыть, нарубить.

Цыпленка подать к столу с картофелем, посыпать зеленым луком.

Цыплята, фаршированные черносливом

Ингредиенты

3 тушки цыплят, 150 г сливочного масла, 200 г чернослива, 15 г сахара, 100 г сала, 5 г мускатного ореха, перец, соль.

Способ приготовления

Тушки цыплят промыть, начинить маслом, сахаром, черносливом, нарезанным салом, посыпать смесью соли, сахара, мускатного ореха и перца.

Тушки цыплят выложить в чашу и жарить в режиме «Выпечка» 45 минут.

Утка, фаршированная грейпфрутом и сельдереем

Ингредиенты

Тушка утки, 1 грейпфрут, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 2 стебля сельдерея, карри, соль.

Способ приготовления

Грейпфрут вымыть, очистить, нарезать. Сельдерей вымыть, нарезать небольшими кусочками. Чеснок очистить и вымыть.

Утку промыть, натереть чесноком, солью и карри, нафаршировать смесью грейпфрута и сельдерея. Выложить в чашу, запекать в режиме «Выпечка» 20 минут, влить немного воды, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Утка, фаршированная грушами

Ингредиенты

Тушка утки, 3–4 груши, 100 г тертого сыра, 2 яйца, 100 мл молока, 1 чайная ложка пшеничной муки, 100 г панировочных сухарей, 1 пучок зелени петрушки, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Груши вымыть, разрезать на четверти, удалить сердцевину. Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить.

Тушку утки промыть и начинить четвертинками груш. Яйца взбить с солью и перцем, добавить муку, тертый сыр, влить молоко, перемешать и облить этой смесью утку.

Утку посыпать панировочными сухарями, выложить в чашу, жарить в режиме «Выпечка» 30 минут, влить немного воды, добавить зелень укропа и петрушки, готовить в режиме «Тушение» 2 часа. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Филе гуся с картофелем фри

Ингредиенты

300 г филе гуся, 400 г замороженного картофеля фри, 1 луковица, 70 мл растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть, измельчить. Мясо промыть, крупно нарезать, выложить в чашу с растительным маслом, добавить лук, картофель, посолить, поперчить. Жарить в режиме «Выпечка» 45 минут. При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Курица, тушенная с квашеной капустой

Ингредиенты

400 г филе курицы, 300 г квашеной капусты, 70 г риса, 1 луковица, 20 мл растительного масла, 50 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу с растительным маслом, посолить, поперчить, обжарить в режиме «Выпечка».

Добавить капусту вместе с небольшим количеством рассола, рис, положить сливочное масло, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Курица, тушенная с картофелем и белокочанной капустой

Ингредиенты

400 г филе курицы, 200 г белокочанной капусты, 3 клубня картофеля, 1 луковица, 50 мл растительного масла, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Капусту вымыть, нашинковать. Зелень укропа вымыть и нарубить. Филе курицы промыть, нарезать небольшими кусочками.

Картофель, лук и капусту выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», добавить курицу, зелень укропа, посолить, поперчить, влить немного воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Куриные крылышки, тушенные с цукини, картофелем и шампиньонами

Ингредиенты

500 г куриных крылышек, 2 цукини, 3 клубня картофеля, 100 г шампиньонов, 50 г майонеза, 20 мл растительного масла, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Цукини вымыть и нарезать соломкой. Грибы промыть, нарезать ломтиками. Куриные крылышки промыть. Зелень укропа вымыть, нарубить. Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой.

Цукини и картофель выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», добавить крылышки, грибы, посолить, поперчить, положить майонез. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Филе цыпленка, тушенное в красном вине

Ингредиенты

300–400 г филе цыпленка, 70 г сливочного масла, 1 луковица, 4 помидора, 100 мл красного вина, 1 зубчик чеснока, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки тертого сыра, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Помидоры вымыть, очистить от кожицы и семян и мелко нарезать. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Чеснок очистить, вымыть и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть и

нарубить.

Филе цыпленка промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу, посолить, поперчить, посыпать мукой, добавить 40 г сливочного масла и обжарить в режиме «Выпечка».

Добавить лук, чеснок, оставшееся масло, влить вино, готовить в режиме «На пару» 10 минут, добавить помидоры и сыр, готовить еще 20 минут при том же режиме. При подаче к столу украсить зеленью укропа.

Курица, тушенная в апельсиновом соусе

Ингредиенты

Тушка курицы, 2 столовые ложки топленого масла, 2 столовые ложки сметаны, 2 апельсина, 200 мл томатного соуса, 1 чайная ложка сахара, перец, соль.

Способ приготовления

Тушку курицы промыть, натереть солью и перцем, смазать сметаной, выложить в чашу, запекать в режиме «Выпечка» 60 минут, нарубить порционными кусками.

Для приготовления соуса апельсины вымыть, очистить от кожуры, разделить на дольки, залить томатным соусом, добавить сахар, выложить смесь в чашу, готовить в режиме «На пару» 10 минут. Куски курицы положить в соус, добавить топленое масло и готовить в режиме «На пару» 30–35 минут.

Филе цыпленка, тушенное в йогурте

Ингредиенты

500 г филе цыпленка, 200 мл несладкого питьевого йогурта, 30 г сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 5 клубней картофеля, 20 г топленого масла, 1 пучок зелени петрушки, 2 лавровых листа, 5–6 горошин черного перца, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть. Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками, выложить в чашу, добавить топленое масло и обжарить в режиме «Выпечка».

Филе цыпленка промыть, нарезать порционными кусками, выложить в чашу к картофелю, добавить сливочное масло, смешанный с мукой йогурт, лавровый лист, перец горошком, соль и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу полить оставшимся от тушения соусом, украсить веточками петрушки.

Фаршированные куриные грудки с гарниром из риса и овощей

Ингредиенты

3 куриные грудки, 100 г риса, 100 мл куриного бульона, 1 пучок зелени петрушки, 1 небольшой цукини, 1 луковица, 1 стручок сладкого перца, 100 г ветчины, 20 мл растительного масла, 70 г

чернослива, 10 г сушеного барбариса, перец, соль.

Способ приготовления

Куриные грудки промыть, аккуратно вынуть кости, сделать продольный надрез и нафаршировать смесью измельченных ветчины и чернослива.

Зелень петрушки вымыть, нарубить. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать ломтиками. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Цукини вымыть, нарезать ломтиками.

Куриные грудки и смесь цукини, сладкого перца, лука и части зелени выложить в чашу, добавить растительное масло, посолить, поперчить, жарить в режиме «Выпечка» 45 минут, переложить в отдельную посуду.

Рис смешать с барбарисом, выложить в чашу, сверху выложить грудки, залить бульоном, посолить. Готовить в режиме «Плов». При желании оставить в режиме «Подогрев».

Куриные грудки подать к столу с рисом и овощами, посыпать оставшейся зеленью петрушки.

Куриные крылышки, тушенные в грибном бульоне с овощами и карри

Ингредиенты

500 г куриных крылышек, 200 мл грибного бульона, 2 луковицы, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, 2 чайные ложки карри, 1 пучок зелени кинзы, перец, соль.

Способ приготовления

Куриные крылышки промыть. Морковь и картофель очистить, вымыть, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Чеснок очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень кинзы вымыть, нарубить.

В чашу влить растительное масло, положить чеснок и лук, обжарить в режиме «Выпечка», добавить крылышки, морковь, картофель и карри, посолить, поперчить, залить бульоном, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью кинзы.

Филе гуся, тушенное с овощами и сливой в белом вине

Ингредиенты

600 г филе гуся, 100 мл белого вина, 300 г жареного картофеля, 3 сливы, 3 луковицы, 1 морковь, 2–3 столовые ложки оливкового масла, сок 1/2 лимона, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, сбрызнуть лимонным соком. Морковь вымыть, очистить, натереть на

крупной терке. Сливу вымыть, удалить косточки.

Филе промыть, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, выложить в чашу, добавить оливковое масло, обжарить в режиме «Выпечка». Добавить сливу, кольца лука, морковь, жареный картофель, залить вином и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Свинина, тушенная с лимоном

Ингредиенты

500 г свинины, 70 мл овощного бульона, 1 лимон, 1 пучок зелени петрушки, 1 чайная ложка тертого имбиря, 1 чайная ложка тертой лимонной цедры, перец, соль.

Способ приготовления

Лимон вымыть, нарезать кружочками. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Свинину промыть, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, выложить в чашу. Добавить бульон, смешанный с имбирем и лимонной цедрой, готовить в режиме «Тушение» 1 час. Положить сверху кружочки лимона, посыпать зеленью петрушки и готовить в режиме «На пару» 20 минут. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Свинина с болгарским перцем и сыром

Ингредиенты

500 г свинины, 4 стручка болгарского перца, 100 г сыра, 2 луковицы, 20 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кольцами. Мясо промыть, нарезать ломтиками. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Сыр натереть на крупной терке. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Мясо и болгарский перец посолить, поперчить, выложить в чашу, смазанную сливочным маслом, сверху выложить кольца лука, посыпать тертым сыром и запекать в режиме «Выпечка» 45 минут. При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Свинина, тушенная с кабачками и маринованными опятами

Ингредиенты

400 г свинины, 2 кабачка, 150 г маринованных опят, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 20 мл растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Кабачки вымыть, очистить, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Свинину промыть, нарезать кубиками, выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», добавить кабачки, лук,

опята, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу перемешать с чесноком и зеленью петрушки.

Солянка со свининой, маслинами и грибами

Ингредиенты

200 г свинины, 3 соленых огурца, 10 маслин, 100 г маринованных шампиньонов, 2 сосиски, 30 мл растительного масла, 1 пучок зелени укропа, перец.

Способ приготовления

Огурцы нарезать кубиками, сосиски – кружочками. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Свинину промыть, нарезать соломкой, выложить в чашу с растительным маслом, поперчить, обжарить, добавить огурцы, маслины вместе с рассолом, грибы, сосиски. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Свинина, тушенная с капустой

Ингредиенты

300 г свинины, 500 г белокочанной капусты, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 луковица, 1 пучок зеленого лука, 4 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления

Капусту вымыть и нашинковать. Лук очистить и мелко нарезать. Зеленый лук вымыть и нарубить.

Мясо промыть, нарезать маленькими кусочками, выложить в чашу, добавить 1 столовую ложку растительного масла и обжарить в режиме «Выпечка».

Добавить капусту и лук, посолить, влить оставшееся растительное масло, положить томатную пасту. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленым луком.

Свинина, тушенная с вином

Ингредиенты

400 г свинины, 3 столовые ложки красного вина, 3 лавровых листа, 1 пучок зеленого лука, 2 столовые ложки топленого масла, 4–6 горошин черного перца, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Зеленый лук вымыть и нарубить. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу, посолить, поперчить, добавить топленое масло, черный перец горошком, лавровый лист, влить вино, немного воды и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленым луком.

Свинина, тушенная с кольраби в овощном бульоне

Ингредиенты

400 г нежирной свинины, 200 мл овощного бульона, 3 кольраби, 2 луковицы, 1 пучок зелени укропа и петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Свинину промыть, нарезать небольшими кусочками. Кольраби вымыть, очистить, мелко нарезать. Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Свинину и кольраби выложить в чашу, посолить, поперчить, залить бульоном, добавить лук и часть зелени, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать оставшейся зеленью.

Бараньи ребрышки с луком

Ингредиенты

500 г бараньих ребрышек, 4 луковицы, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зелени кинзы, 1 пучка зелени укропа, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, перец, соль.

Способ приготовления

Зеленый лук, зелень укропа и кинзы вымыть и мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, посолить и сбрызнуть уксусом.

Бараньи ребрышки промыть, нарубить порционными кусками, посолить, поперчить, выложить в чашу, жарить в режиме «Выпечка» 65 минут.

При подаче к столу посыпать зеленью и украсить кольцами лука.

Баранина по-татарски

Ингредиенты

500 г баранины, 2 столовые ложки растительного масла, 3 луковицы, 5–7 помидоров черри, 2 стручка сладкого перца, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 100 мл мясного бульона, 1 столовая ложка пшеничной муки, приправа для мяса, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать и сбрызнуть уксусом. Лук выложить в чашу, посыпать мукой, добавить 1 столовую ложку растительного масла и обжарить в режиме «Выпечка». Переложить в отдельную посуду.

Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать ломтиками. Помидоры черри вымыть. Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, выложить в чашу, смазанную оставшимся растительным маслом, посолить, посыпать приправой, влить бульон, готовить в режиме «Тушение» 1 час, добавить лук, сладкий перец, помидоры, готовить в режиме «На пару» 20 минут.

Баранина по-африкански

Ингредиенты

500 г баранины, 4 луковицы, 3 недозрелых банана, 2 столовые ложки винного уксуса, 1 столовая ложка растительного масла, 100 мл кетчупа, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Бананы вымыть, очистить, крупно нарезать. Мясо промыть, нарезать порционными кусками, смешать с луком, посолить, поперчить, полить уксусом и оставить на 3 часа.

Маринованные куски мяса выложить в чашу вместе с бананами, добавить растительное масло и жарить в режиме «Выпечка» 50 минут. При подаче к столу полить кетчупом.

Баранина, тушенная в томатном соусе с брокколи

Ингредиенты

500 г баранины, 200 г томатной пасты, 200 г брокколи, 3 луковицы, 40 г сливочного масла, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть и нарубить. Брокколи вымыть, разобрать на соцветия.

Мясо промыть, нарезать порционными кусками, выложить в чашу, добавить сливочное масло, обжарить в вместе с луком в режиме «Выпечка».

Влить небольшое количество воды, добавить соль, перец, томатную пасту, брокколи и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать вымытой и нарезанной зеленью укропа.

Баранина, тушенная с горохом

Ингредиенты

200 г баранины, 200 мл бульона из баранины, 2 столовые ложки гороха, 1 луковица, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить. Баранину промыть, мелко нарезать.

Подсоленный бульон влить в чашу, положить предварительно замоченный горох, баранину, лук, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». Подать к столу, посыпав перцем и украсив зеленью укропа.

Говяжья печень, запеченная с яблоками и тыквой

Ингредиенты

300 г говяжьей печени, 2–3 яблока, 100 г тыквы, 2 луковицы, 1 морковь, 30 г топленого сала, 1/2 пучка зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, разрезать на четвертинки.

Тыкву вымыть, очистить, нарезать очень тонкими ломтиками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками.

Печень промыть, нарезать ломтиками, посолить, поперчить и выложить в чашу, смазанную топленым салом. Сверху выложить лук, яблоки, тыкву, морковь и зелень петрушки. Запекать в режиме «Выпечка» 40 минут.

Куриная печень, запеченная с морковью и луком

Ингредиенты

500 г куриной печени, 2 моркови, 3 луковицы, 1 пучок зелени петрушки, 50 г майонеза, перец, соль.

Способ приготовления

Печень промыть, посолить и поперчить, перемешать с майонезом. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Морковь и лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Печень, морковь и лук выложить в чашу, жарить в режиме «Выпечка» 25 минут. При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Котлеты из говядины на пару

Ингредиенты

500 г говядины, 1 луковица, 1 клубень картофеля, 1 яйцо, 2 ломтика пшеничного хлеба, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Картофель вымыть, очистить, крупно нарезать. Говядину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, картофелем и ломтиком хлеба, добавить яйцо. Фарш посолить, поперчить и перемешать. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Из фарша сформовать котлеты, выложить в корзину для варки на пару, готовить в режиме «На пару» 30 минут. При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Котлеты из говядины с рисом на пару

Ингредиенты

500 г говядины, 50 г риса, 1 луковица, 1 яйцо, 1 пучок зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Говядину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить рис и яйцо. Фарш посолить и перемешать. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Из фарша сформовать котлеты, выложить в корзину для варки на пару, готовить в режиме «На пару» 30 минут. При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Котлеты из говядины с шампиньонами

Ингредиенты

500 г говядины, 100 г шампиньонов, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Грибы промыть. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с грибами. Фарш посолить, поперчить, смешать со взбитым яйцом.

Из фарша сформовать котлеты, выложить их в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты из смешанного фарша

Ингредиенты

300 г филе курицы, 200 г свинины, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 ломтика пшеничного хлеба, 50 мл молока, 50 г панировочных сухарей, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, 1 пучок листьев салата, перец, соль.

Способ приготовления

Хлеб размочить в молоке. Лук и чеснок очистить, вымыть.

Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, чесноком и хлебом.

Фарш посолить, поперчить, смешать со взбитым яйцом.

Из фарша сформовать котлеты, обвалять их в панировочных сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Листья салата вымыть. Котлеты подать к столу с гарниром их листьев салата.

Котлеты из говядины и курицы с начинкой из чернослива

Ингредиенты

500 г говядины, 200 г филе курицы, 200 г чернослива, 4 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 яйцо, 3 столовые ложки панировочных сухарей, 1 ломтик пшеничного хлеба, перец, соль.

Способ приготовления

Лук и чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать.

Говядину и мясо курицы промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, чесноком и ломтиком хлеба.

В фарш добавить яйцо, соль, перец, перемешать. Из фарша сформовать изделия в виде лепешек.

На середину каждого положить предварительно замоченный

чернослив, свернуть, сформовать котлеты.

Изделия обвалять в панировочных сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты из говядины с чесноком

Ингредиенты

500 г говядины, 6 зубчиков чеснока, 1 пучок зелени укропа и петрушки, 1 яйцо, 1 ломтик пшеничного хлеба, 4 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, перец, соль.

Способ приготовления

Лук и чеснок очистить, вымыть. Лук крупно нарезать, 3 зубчика чеснока измельчить. Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить, перемешать с измельченным чесноком.

Говядину промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком, зубчиками чеснока и ломтиком хлеба. В фарш добавить яйцо, перец и соль, сформовать котлеты. Выложить их в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

При подаче к столу обвалять в смеси зелени.

Котлеты из говядины с морковью

Ингредиенты

500 г говядины, 3 моркови, 1 луковица, 1 яйцо, 2 ломтика пшеничного хлеба, 4 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Морковь вымыть, очистить, крупно нарезать. Говядину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, морковью и ломтиками хлеба, добавить яйцо. Фарш посолить, поперчить и перемешать. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Из фарша сформовать котлеты, выложить их в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны. При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Котлеты из говядины по-польски

Ингредиенты

500 г говядины, 1 луковица, 1 пучок шпината, 1 ломтик пшеничного хлеба, 50 г манной крупы, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком и хлебом. Шпинат вымыть, нарубить, добавить в фарш.

Фарш посолить, поперчить, смешать со взбитым яйцом.

Из фарша сформовать котлеты, обвалять их в манной крупе,

выложить на сковороду с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты из смешанного фарша с ореховым ароматом

Ингредиенты

500 г говядины, 200 г нежирной свинины, 50 г ядер грецких орехов, 4 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 яйцо, 60 г панировочных сухарей, 1 ломтик пшеничного хлеба, перец, соль.

Способ приготовления

Лук и чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Говядину и свинину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, чесноком, орехами и ломтиком хлеба.

В фарш добавить яйцо, соль, перец, перемешать, сформовать котлеты, обвалять их в панировочных сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты из говядины и куриной печени

Ингредиенты

400 г говядины, 200 г куриной печени, 50 г майонеза, 1 яйцо, 1 ломтик пшеничного хлеба, 70 мл растительного масла, 1 луковица, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Говядину и куриную печень промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и ломтиком хлеба. В фарш добавить яйцо, майонез, перец и соль, сформовать котлеты. Выложить их в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты из смешанного фарша с начинкой из маслин

Ингредиенты

500 г говядины, 200 г нежирной свинины, 100 г маслин без косточек, 1 луковица, 2 ломтика пшеничного хлеба, 100 мл молока, 100 г панировочных сухарей, 100 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать. Хлеб замочить в теплом молоке. Говядину и свинину промыть, нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком и хлебом. Фарш посолить, перемешать. Из фарша сформовать лепешки, на середину каждой положить по 2 маслины, соединить края. Изделия обвалять в панировочных сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты «Деревенские»

Ингредиенты

400 г говядины, 200 г жирной свинины, 3 зубчика чеснока, 2 яйца, 100 г сливочного масла, 100 г панировочных сухарей, 4 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с чесноком. Фарш посолить, смешать с 1 яйцом. Сливочное масло нарезать кубиками.

Из фарша сформовать изделия в виде лепешек, положить на середину каждого кубик сливочного масла, соединить края.

Изделия обмакнуть в оставшееся взбитое яйцо, обвалять в панировочных сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты «Сытные»

Ингредиенты

500 г говядины, 100 г гороховой каши, 3 луковицы, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, 50 г панировочных сухарей, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком. Фарш посолить, поперчить, смешать со взбитым яйцом и гороховой кашей.

Из фарша сформовать котлеты, обвалять их в панировочных сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты из курицы с орехами и белым вином

Ингредиенты

400 г филе курицы, 70 г ядер грецких орехов, 30 г сливочного масла, 2–3 зубчика чеснока, 30 мл растительного масла, 50 мл белого, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, пропустить через мясорубку. Чеснок очистить, вымыть, натереть на мелкой терке, смешать с фаршем, добавить измельченные орехи, сливочное масло, вино, соль. Сформовать котлеты, выложить их в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны.

Котлеты «Диетические»

Ингредиенты

300 г телятины, 200 г филе курицы, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 50 г пророщенной пшеницы, соль.

Способ приготовления

Лук и чеснок очистить, вымыть. Мясо промыть, нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, чесноком и пшеницей. Фарш посолить и перемешать. Сформовать котлеты, выложить их в корзину для варки на пару, готовить в режиме «На

пару» 20 минут.

Котлеты из свинины, тушенные в ароматном соусе

Ингредиенты

700 г свиного фарша, 1 яйцо, 200 г томатной пасты, 20 г муки, 20 г листьев эстрагона, 100 г топленого масла, 200 мл костного бульона, перец, соль.

Способ приготовления

Листья эстрагона вымыть. Фарш смешать с яйцом, посолить, поперчить, сформовать котлеты, выложить в чашу с топленым маслом (50 г), обжарить с одной стороны в режиме «Выпечка», переложить в отдельную посуду.

В чашу положить томатную пасту, влить бульон, добавить муку, смешанную с оставшимся топленым маслом. Готовить в режиме «На пару» 10 минут. Соус процедить, добавить эстрагон, снова влить в чашу, положить котлеты и готовить в режиме «На пару» 15 минут. При подаче к столу полить соусом.

Зразы из говядины с корейской морковью и яйцом

Ингредиенты

600 г говядины, 2 ломтика батона, 100 мл сливок, 3 луковицы, 200 г корейской моркови, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени петрушки и укропа, красный и черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть. 2 луковицы мелко нарезать, выложить в чашу со сливочным маслом, добавить мелко нарезанную корейскую морковь, обжарить в режиме «Выпечка», переложить в отдельную посуду. Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить.

Говядину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с размоченным в сливках батоном и оставшимся луком, добавить часть зелени, посолить, поперчить и перемешать.

Сделать из фарша лепешки, положить на середину каждой немного начинки, сформовать зразы, запанировать их в сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны. При подаче к столу посыпать оставшейся зеленью.

Зразы из телятины с соусом бешамель

Ингредиенты

800 г телятины, 1 яйцо, 400 г картофельного пюре, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 500 мл молока, 30 г сливочного масла, 30 г муки, 1 луковица, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зелени укропа и петрушки, мускатный орех, перец, соль.

Способ приготовления

Телятину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку, добавить яйцо, перец и соль, перемешать. Зеленый лук, зелень укропа и петрушки вымыть, нарезать. В картофельное пюре добавить зеленый лук и перемешать.

Для приготовления соуса репчатый лук очистить, вымыть, нарезать, выложить в корзину для варки на пару, готовить в режиме «На пару» 10 минут, охладить и протереть через сито.

Муку выложить в чашу со сливочным маслом, готовить в режиме «На пару» 3 минуты, влить молоко, добавить лук, мускатный орех, перец и соль, готовить еще 7 минут в том же режиме.

Из фарша сделать лепешки, положить на середину каждой картофельное пюре, сформовать зразы, обвалять их в панировочных сухарях, выложить в чашу с растительным маслом, жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны. При подаче к столу полить соусом и посыпать зеленью укропа и петрушки.

Зразы из свинины с шампиньонами и морковью

Ингредиенты

1 кг нежирной свинины, 2 ломтика батона, 100 мл молока, 2 луковицы, 2 помидора, 250 г шампиньонов, 2 моркови, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени петрушки и укропа, 1 пучок зеленого лука, 1 зубчик чеснока, красный и черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке.

Шампиньоны промыть, мелко нарезать, выложить в чашу вместе с морковью, луком и сливочным маслом, посолить, поперчить, обжарить в режиме «Выпечка».

Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить. Зеленый лук вымыть, мелко нарезать. Чеснок очистить, вымыть, измельчить с помощью чеснокодавилки. Помидоры вымыть, нарезать кружочками.

Свинину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с размоченным в молоке батоном, добавить зеленый лук и часть зелени, посолить, поперчить и перемешать.

Сделать из фарша лепешки, положить на середину каждой немного начинки, сформовать зразы, запанировать их в сухарях, выложить в чашу с растительным маслом и жарить в режиме «Выпечка» по 20 минут с каждой стороны. При подаче к столу посыпать оставшейся зеленью укропа и петрушки и украсить

кружочками помидоров.

Голубцы с говядиной

Ингредиенты

350 г говядины, 10–15 капустных листьев, 2 луковицы, 20 мл растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, 30 г майонеза, 20 г томатной пасты, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить и вымыть. 1 луковицу нарезать кольцами, выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка». Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Мясо промыть и пропустить через мясорубку вместе с целой луковицей. Фарш посолить, поперчить, добавить зелень петрушки и тщательно перемешать. Выложить фарш на вымытые капустные листья и завернуть, придав голубцам овальную форму. Изделия выложить в чашу, влить небольшое количество воды, добавить томатную пасту, майонез и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Голубцы с говядиной, рисом и морковью

Ингредиенты

400 г говядины, 15–20 капустных листьев, 50 г риса, 3 моркови, 2 луковицы, 20 мл растительного масла, 100 мл томатного соуса, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить и вымыть. 1 луковицу измельчить, выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка». Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с целой луковицей.

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Фарш посолить, поперчить, добавить рис, морковь и тщательно перемешать. Выложить фарш на капустные листья и свернуть.

Изделия выложить в чашу, влить небольшое количество воды, добавить томатный соус и готовить в режиме «Тушение» 1 час.

При желании оставить в режиме «Подогрев».

Голубцы с говядиной и грибами

Ингредиенты

300 г говядины, 8 капустных листьев, 150 г шампиньонов, 20 г сливочного масла, 20 мл растительного масла, 1 луковица, лавровый лист, приправа для мяса, перец, соль.

Способ приготовления

Шампиньоны промыть, очистить, нарезать. Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с грибами и луком. Фарш посолить, поперчить, выложить в чашу со сливочным маслом, готовить в режиме «На пару» 5 минут, переложить в отдельную посуду, охладить.

Капустные листья вымыть. На середину капустных листьев положить фарш, свернуть. Изделия выложить в чашу, влить немного воды, добавить приправу, лавровый лист, растительное масло, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Голубцы с говядиной, тушенные в сметане

Ингредиенты

400 г говядины, 8 капустных листьев, 1 луковица, 1 морковь, 150 г сметаны, 1/2 пучка зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Говядину промыть. Лук очистить, вымыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с мясом, посолить, поперчить. Капустные листья вымыть, положить на них фарш, свернуть.

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Голубцы выложить в чашу, влить немного воды, положить морковь, сметану, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Голубцы по-украински

Ингредиенты

300–400 г свинины, 8–10 капустных листьев, 100 г копченого сала, 3 луковицы, 1 яйцо, 40 г томатной пасты, 70 г сметаны, лавровый лист, 20 мл растительного масла, 4–5 горошин черного перца, соль.

Способ приготовления

Капустные листья вымыть. Лук очистить, вымыть и разрезать на четверти. Свинину промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и салом, добавить яйцо, соль и тщательно перемешать.

В середину каждого капустного листа положить фарш. Листья свернуть конвертами, выложить в чашу, залить небольшим количеством воды, добавить томатную пасту, растительное масло, лавровый лист, перец горошком, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу смазать сметаной, полить оставшимся от тушения соусом.

Голубцы с бараниной

Ингредиенты

350 г баранины, 8–10 капустных листьев, 2 луковицы, 1 пучок зелени кинзы, 10 мл лимонного сока, 50 г майонеза, 30 г томатной пасты, 5 г тмина, лавровый лист, корица на кончике ножа, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить и вымыть. Капустные листья вымыть, обдать кипятком и сбрызнуть лимонным соком. Зелень кинзы вымыть и нарубить.

Мясо промыть и пропустить через мясорубку вместе с луком. Фарш посолить, поперчить, смешать с зеленью кинзы. Выложить фарш на капустные листья и свернуть, придав голубцам овальную форму.

Изделия выложить в чашу, влить небольшое количество воды, добавить майонез, томатную пасту, тмин, лавровый лист и корицу. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Голубцы, тушенные в винном соусе

Ингредиенты

300 г говяжьего фарша, 100 г фарша из баранины, 8–10 капустных листьев, 50 г риса, 100 мл красного виноградного вина, 3 луковицы, 1 яйцо, 40 г томатной пасты, лавровый лист, 20 мл растительного масла, 4–5 горошин душистого перца, молотый перец, соль.

Способ приготовления

Капустные листья вымыть. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Фарш смешать с луком и рисом, добавить яйцо, соль, молотый перец и тщательно перемешать.

В середину каждого капустного листа положить фарш. Листья свернуть конвертами, выложить в чашу, добавить растительное масло, обжарить в режиме «Выпечка», залить небольшим количеством воды, добавить томатную пасту, лавровый лист, перец горошком, вино, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу полить оставшимся от тушения соусом.

Голубцы с курицей и рисом

Ингредиенты

450 г филе курицы, 15 капустных листьев, 50 г риса, 1 небольшой цукини, 2 луковицы, 1 пучок зелени укропа, 100 г майонеза, 50 г панировочных сухарей, 1 яйцо, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить и вымыть. Зелень укропа вымыть и нарубить. Цукини вымыть, крупно нарезать.

Мясо промыть и пропустить через мясорубку вместе с луком и цукини. Фарш посолить, поперчить, добавить рис, яйцо и панировочные сухари, перемешать. Выложить фарш на вымытые капустные листья и завернуть, придав голубцам овальную форму.

Изделия выложить в чашу, влить небольшое количество воды, добавить майонез и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу

посыпать зеленью укропа.

Ароматные голубцы с курицей

Ингредиенты

300 г филе курицы, 10–15 капустных листьев, 1 яйцо, 50 г риса, 20 г сливочного масла, 20 мл растительного масла, 1 луковица, 10 г карри, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком. Фарш посолить, поперчить, перемешать с яйцом, рисом, карри и размягченным сливочным маслом.

Капустные листья вымыть. На середину капустных листьев положить фарш, свернуть. Изделия выложить в чашу с растительным маслом, готовить в режиме «На пару» 5 минут, влить немного воды, добавить лавровый лист, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Голубцы по-английски

Ингредиенты

400 г мяса кролика, 20–25 листьев пекинской капусты, 50 г риса, 20 мл винного уксуса, 2 луковицы, 1 яйцо, 40 мл соевого соуса, лавровый лист, 10 г тертого имбиря, 20 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Листья пекинской капусты вымыть. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Мясо промыть, пропустить через мясорубку, смешать с луком и рисом, добавить яйцо, соль, перец, имбирь и перемешать. В середину каждого капустного листа положить фарш. Листья свернуть конвертами, выложить в чашу, добавить растительное масло, залить небольшим количеством воды, добавить соевый соус, лавровый лист, влить винный уксус, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Классические тефтели из говядины с гарниром из макаронных изделий

Ингредиенты

500 г говядины, 3 луковицы, 30 мл растительного масла, 100 мл томатного соуса, 50 г риса, 200 г цветных макаронных изделий, приправа для мяса, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком. Фарш посолить, смешать с рисом. Из фарша сформовать тефтели, выложить их в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», влить немного воды, добавить томатный соус,

приправу, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Макаронные изделия выложить в чашу, залить подсоленной водой, готовить в режиме «На пару» 30 минут, откинуть на дуршлаг.

Тефтели подать к столу с макаронами, полить оставшимся от тушения соусом.

Тефтели «Богатырские»

Ингредиенты

500 г свинины, 150 г шампиньонов, 3 луковицы, 50 г риса, 30 мл растительного масла, 100 г майонеза, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Шампиньоны промыть. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком и шампиньонами. Фарш посолить, смешать с рисом. Из фарша сформовать тефтели, выложить их в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», влить немного воды, добавить майонез, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Тефтели из свинины с гарниром из риса и сладкого перца

Ингредиенты

400 г свиного фарша, 1 луковица, 1 яйцо, 3 столовые ложки свиного жира, 20 мл растительного масла, 1 пучок зелени укропа, 100 г риса, 3 стручка сладкого перца, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень укропа вымыть, измельчить.

В свиной фарш добавить зелень укропа, яйцо, перец и соль.

Сформовать из фарша тефтели, выложить в чашу с жиром, обжарить в режиме «Выпечка», влить немного воды и готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать небольшими кусочками, выложить в чашу вместе с луком, полить растительным маслом, сверху выложить рис, готовить в режиме «Плов», оставить в режиме «Подогрев». Тефтели подать к столу с гарниром из риса и сладкого перца.

Фрикадельки из свинины, тушенные с овощами

Ингредиенты

500 г свиного фарша, 2 стручка болгарского перца, 2 луковицы, 3 клубня картофеля, 2 помидора, 1 яйцо, 40 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарубить. Болгарский перец вымыть,

удалить плодоножки и семена, нарезать кусочками. Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Помидоры вымыть, мелко нарезать. В свиной фарш добавить яйцо, перец и соль. Сформовать из фарша фрикадельки, выложить в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», влить немного воды, положить помидоры, картофель, лук, болгарский перец, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Картофельно-мясные тефтели по-белорусски

Ингредиенты

500 г говядины, 3 луковицы, 5 клубней картофеля, 30 мл растительного масла, 2 яйца, 50 мл томатного соуса, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Картофель вымыть, очистить, нарезать.

Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком и картофелем. Фарш посолить, смешать со взбитыми яйцами.

Из фарша сформовать тефтели, выложить их в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», влить немного воды, добавить томатный соус, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Тефтели «Фермерские»

Ингредиенты

500 г свиного и говяжьего фарша, 1 яйцо, 20 г сливочного масла, 300 г квашеной капусты, 2 моркови, 2 кислых яблока, 30 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать соломкой.

Фарш перемешать с яйцом и морковью, посолить и поперчить. Сформовать тефтели, выложить их в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», добавить капусту, яблоки, сливочное масло, влить немного воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Тефтели «под шубой»

Ингредиенты

500 г говяжьего фарша, 1 яйцо, 4 зеленых помидора, 2 красных помидора, 2 моркови, 2 луковицы, 50 мл растительного масла, 20 мл винного уксуса, соль.

Способ приготовления

Фарш перемешать с яйцом и винным уксусом, посолить. Лук

очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Помидоры вымыть и нарезать кружочками.

Из фарша сформовать тефтели, выложить их в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка», сверху выложить слоями красные помидоры, лук, зеленые помидоры, морковь. Каждый слой посолить. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Тефтели по-дагестански

Ингредиенты

500 г фарша из баранины, 1 яйцо, 100 г виноградных листьев, 1 пучок зелени кинзы, 3 помидора, 2 луковицы, 2 стручка сладкого перца, 2 корня петрушки, 20 мл растительного масла, 2–3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления

Помидоры вымыть, нарезать кружочками. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать полосками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Корни петрушки вымыть, очистить, крупно нарезать. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Виноградные листья вымыть.

Фарш перемешать с яйцом и зеленью кинзы, посолить. Сформовать тефтели, выложить их в чашу с растительным маслом, обжарить в режиме «Выпечка». Сверху слоями выложить помидоры, лук, корни петрушки и сладкий перец. Овощи и тефтели прослоить виноградными листьями. Каждый слой посолить, добавить перец горошком. Влить немного воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Тефтели из курицы, тушенные с овощами

Ингредиенты

500 г куриного фарша, 1 баклажан, 2 стручка болгарского перца, 2 луковицы, 3 зубчика чеснока, 2 помидора, 1 яйцо, 40 г риса, 40 мл растительного масла, 1 пучок зелени петрушки и укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Лук и чеснок очистить, вымыть, мелко нарезать. Баклажан и помидоры вымыть, нарезать кружочками. Зелень петрушки и укропа вымыть, измельчить. В фарш добавить рис, яйцо, перец и соль. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать.

Сформовать из фарша тефтели, выложить их в чашу с растительным маслом вместе с баклажанами, обжарить в режиме «Выпечка», влить немного воды, положить помидоры, лук, болгарский перец, лавровый лист, готовить в режиме «Тушение»

1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев». При подаче к столу посыпать чесноком, зеленью петрушки и укропа.

Долма с говядиной на пару

Ингредиенты

500 г говяжьего фарша, 300 г виноградных листьев, 50 г риса, 1 луковица, 50 г растопленного сливочного масла, молотый шафран, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Фарш смешать с луком, рисом, добавить шафран, перец и соль. Виноградные листья вымыть, положить на середину каждого фарш, свернуть конвертами. Долму выложить в корзину для варки на пару, готовить в режиме «На пару» 30–45 минут. При подаче к столу полить сливочным маслом.

Кабачки, фаршированные свининой и рисом

Ингредиенты

300 г свинины, 2 небольших кабачка, 100 г риса, 2 луковицы, 1 пучок зелени укропа, 3 столовые ложки растительного масла, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки острой томатной пасты, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, перец, соль.

Способ приготовления

Кабачки вымыть, разрезать вдоль и пополам, вынуть из середины часть мякоти и мелко нарезать ее. Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень укропа вымыть и измельчить. Чеснок очистить, вымыть и растолочь. Свинину промыть, пропустить через мясорубку.

Рис смешать с фаршем, луком, мякотью кабачков и укропом и наполнить этой смесью половинки кабачков, соединить их и перевязать нитками.

Кабачки выложить в чашу, посолить, добавить растительное масло, обжарить в режиме «Выпечка», влить немного воды, добавить перец, уксус, положить томатную пасту. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Цукини, фаршированные говядиной и зеленым луком

Ингредиенты

200 г говядины, 5–6 небольших цукини, 2 пучка зеленого лука, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 столовая ложка майонеза, перец, соль.

Способ приготовления

Цукини вымыть, разрезать вдоль и пополам, удалить из середины семена и часть мякоти, посолить, поперчить и оставить на 10–15 минут.

Зеленый лук вымыть и нарубить. Говядину промыть,

пропустить через мясорубку, смешать с луком и наполнить этой смесью половинки цукини.

Половинки цукини соединить, перевязать нитками, выложить в чашу, добавить растительное масло, обжарить в режиме «Выпечка», влить немного воды, положить майонез и томатную пасту, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Кабачки, фаршированные курицей

Ингредиенты

150 г отварного мяса курицы, 2 небольших кабачка, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 столовая ложка майонеза, перец, соль.

Способ приготовления

Кабачки вымыть, разрезать вдоль и пополам, удалить из середины семена и часть мякоти, посолить, поперчить и оставить на 10 минут. Мясо пропустить через мясорубку. Лук очистить, вымыть, нарубить, смешать с мясом. Наполнить фаршем половинки кабачков.

Половинки кабачков соединить, перевязать нитками, выложить в чашу, добавить растительное масло, обжарить в режиме «Выпечка», влить немного воды, положить майонез и томатную пасту, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Фаршированные баклажаны по-грузински

Ингредиенты

400 г филе вареной курицы, 3 баклажана, 2 луковицы, 1 столовая ложка винного уксуса, 50 г ядер грецких орехов, 50 мл оливкового масла, 1 пучок зелени кинзы, перец, соль.

Способ приготовления

Баклажаны вымыть, разрезать вдоль и пополам, вынуть часть мякоти, мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, полить уксусом, оставить на 10 минут. Зелень кинзы вымыть, нарубить.

Мясо мелко нарезать, перемешать с мякотью баклажанов, наполнить смесью половинки баклажанов, выложить в чашу с оливковым маслом, обжарить в режиме «Выпечка», посолить, поперчить, положить лук, орехи, зелень кинзы, влить немного воды, готовить в режиме «Тушение» 1 час. При желании оставить в режиме «Подогрев».

Выпечка и пудинги

Пироги и кексы

Пирог с творогом и фруктами

Ингредиенты

Для теста: 200 г маргарина, 300 г муки, 3–4 столовые ложки сахара, 4 яйца, 20 мл растительного масла, питьевая сода на кончике ножа.

Для начинки: 500 г творога, 200 мл жирных сливок, 50 г сахарной пудры, 1 пакетик ванильного сахара, 1 яблоко, 2 груши, 2 столовые ложки сахарной пудры.

Способ приготовления

Груши и яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать кубиками. Из маргарина, просеянной муки, сахара, яиц и соды замесить однородное тесто, раскатать его и выложить в смазанную растительным маслом чашу. Сверху выложить творог, растертый с сахарной пудрой, ванильным сахаром и сливками. Поверх начинки положить кусочки груш и яблок, готовить в режиме «Выпечка» 40 минут. Оставить в режиме «Подогрев» на 5 минут. Готовый пирог посыпать сахарной пудрой.

Пирог с творогом и черникой

Ингредиенты

Для теста: 120 г сливочного масла, 200 г муки, 1 яичный желток, 1 пакетик ванильного сахара.

Для начинки: 600 г творога, 200 г черники, 150 г сахара, 100 мл молока, 2 яйца, 1 столовая ложка крахмала.

Для украшения: 1 столовая ложка сахарной пудры, 2 столовые ложки кокосовой стружки.

Способ приготовления

Из муки, сливочного масла, желтка и ванильного сахара замесить однородное тесто, разделить его на 2 неравные части. Большую часть раскатать в тонкий пласт и выложить в присыпанную мукой чашу. Меньшую часть тонко раскатать, нарезать полосками шириной 2 см, сделать по краям каждой полоски косые надрезы с помощью ножа.

Чернику вымыть. Творог протереть через сито, смешать с сахаром (100 г) и 1 яйцом, выложить на корж. Сверху положить чернику и залить все молоком, смешанным с оставшимся яйцом, сахаром и крахмалом. Украсить изделие полосками теста, готовить в режиме «Выпечка» 40 минут. Оставить в режиме «Подогрев» на 5–10 минут. Посыпать сахарной пудрой и кокосовой стружкой.

Персиковый пирог

Ингредиенты

300 г муки, 200 г консервированных персиков, 80 г сливочного масла, 2 яйца, 200 г сахара, 100 мл молока, 1 чайная ложка молотой корицы, 1/3 чайной ложкой питьевой соды, 1 столовая ложка маргарина.

Способ приготовления

Персики измельчить, добавить яйца, сахар и молоко, взбить. Всыпать просеянную муку, смешанную с корицей и содой, добавить сливочное масло, замесить однородное тесто. Выложить его в смазанную маргарином чашу, готовить в режиме «Выпечка» 30 минут. Оставить в режиме «Подогрев» на 5–10 минут.

Шарлотка «Традиционная»

Ингредиенты

200 г муки, 200 г сахара, 3 яйца, 500 г яблок, 1 столовая ложка маргарина, 1 столовая ложка манной крупы.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать крупными дольками. Яйца взбить с сахаром, добавить просеянную муку, замесить тесто. Яблоки выложить в чашу, смазанную маргарином и присыпанную манной крупой, залить тестом. Готовить в режиме «Выпечка» 35 минут. Оставить в режиме «Подогрев» на 5–10 минут.

Шарлотка-кекс

Ингредиенты

200 г муки, 200 г сахара, 180 г сливочного масла, 500 г яблок, 2 яйца, 70 мл молока, 1 пакетик ванильного сахара, 1 пакетик разрыхлителя, 2 столовые ложки сахарной пудры, 1 столовая ложка маргарина.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать крупными ломтиками. Яйца растереть с сахаром добела, добавить просеянную муку, разрыхлитель и ванильный сахар, взбить. Продолжая взбивать, добавить подогретое молоко, смешанное с растопленным сливочным маслом.

Яблоки выложить в смазанную маргарином и присыпанную мукой чашу, сверху выложить тесто.

Готовить в режиме «Выпечка» 30 минут. Оставить в режиме «Подогрев» на 5–10 минут. Шарлотку охладить и посыпать сахарной пудрой.

Пирог из слоеного теста с грушами и смородиной

Ингредиенты

300 г слоеного теста, 3 груши, 200 г черной и красной смородины, 3–4 столовые ложки сахара, 1 столовая ложка маргарина.

Способ приготовления

Груши вымыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать маленькими кубиками. Смородину перебрать, вымыть.

Тесто раскатать в тонкий пласт, выложить в смазанную маргарином чашу, сделав бортики. Наколоть тесто в нескольких местах вилкой, выложить сверху груши и смородину, посыпать сахаром. Готовить в режиме «Выпечка» 30 минут.

Овсяный пирог с черносливом

Ингредиенты

200 г муки, 200 г овсяных хлопьев, 200 г сметаны, 100 г чернослива, 100 г сахара, 2 яйца, 1 чайная ложка тертой апельсиновой цедры, 1/3 чайной ложки питьевой соды, 1 столовая ложка сливочного маргарина.

Способ приготовления

Чернослив вымыть, мелко нарезать. Сметану взбить с яйцами и сахаром, добавить овсяные хлопья, муку, апельсиновую цедру, чернослив и соду, тщательно перемешать.

Выложить полученную смесь в смазанную маргарином чашу, готовить в режиме «Выпечка» 30–35 минут. Оставить в режиме «Подогрев» на 5–10 минут.

Песочный пирог с черешней

Ингредиенты

500 г песочного теста, 450 г черешни, 200 г сахара, 2 яичных белка, 100 г сахарной пудры, 1 чайная ложка лимонного сока, 1 чайная ложка тертой лимонной цедры, 1 столовая ложка маргарина, 2 столовые ложки муки.

Способ приготовления

Черешню перебрать, вымыть, удалить косточки, размять, смешать с сахаром и лимонной цедрой.

Тесто выложить на присыпанную мукой доску, раскатать в круглый пласт толщиной 1 см, выложить в смазанную маргарином чашу, сделав бортики. Выложить начинку из черешни, готовить в режиме «Выпечка» 15 минут. Выложить на черешню яичные белки, взбитые с сахарной пудрой и лимонным соком в крепкую пену. Готовить еще 15 минут в том же режиме. Оставить в режиме «Подогрев» на 5 минут.

Осетинский сладкий пирог

Ингредиенты

300 г муки, 350 г сливы, 100 г очищенных грецких орехов, 100 г сливочного масла, 100 г сахара, 1 яйцо, 70 г сахарной пудры, 1 пакетик ванильного сахара.

Способ приготовления

Размягченное сливочное масло растереть с сахарной пудрой, ванильным сахаром и яйцом, добавить просеянную муку, замесить однородное тесто, завернуть его в пищевую пленку и

положить на 45 минут в холодильник.

Сливу вымыть, удалить косточки, мелко нарезать и смешать с измельченными грецкими орехами.

Тесто выложить на присыпанную мукой доску, разделить на 2 неравные части. Большую часть раскатать в пласт толщиной 1 см, выложить в присыпанную мукой чашу. Выложить начинку, посыпать сахаром.

Из оставшегося теста сделать несколько жгутиков, выложить их поверх начинки в виде решетки. Готовить в режиме «Выпечка» 25–30 минут. Оставить в режиме «Подогрев» на 10 минут.

Шоколадный кекс с арахисом

Ингредиенты

600 г муки, 400 г сахара, 400 мл сливок, 4 яйца, 150 г сливочного масла, 50 г очищенного арахиса, 50 г темного шоколада, 3 столовые ложки порошка какао, 1 пакетик ванильного сахара, 1 столовая ложка маргарина, 1/3 чайной ложкой питьевой соды.

Способ приготовления

Арахис нарубить. Шоколад натереть на крупной терке. Яйца взбить с сахаром, добавить размягченное масло, сливки и соду, перемешать. Всыпать просеянную муку, смешанную с какао и ванильным сахаром, замесить тесто. Добавить орехи и шоколад, перемешать.

Чашу смазать маргарином, присыпать мукой и наполнить тестом. Готовить в режиме «Выпечка» 45 минут. Оставить в режиме «Подогрев» на 5–10 минут.

Кекс с черносливом, цукатами и корицей

Ингредиенты

500 г муки, 300 г сахарной пудры, 200 мл молока, 100 г чернослива, 100 г цукатов, 3 яйца, 150 г сливочного масла, 1 столовая ложка пищевого разрыхлителя, 1 столовая ложка маргарина, 1 чайная ложка молотой корицы, 1 чайной ложки тертой лимонной цедры.

Способ приготовления

Чернослив вымыть, мелко нарезать. Цукаты нарезать маленькими кусочками. Размягченное сливочное масло взбить с сахарной пудрой, добавить яйца, молоко, просеянную муку, разрыхлитель, чернослив, цукаты, лимонную цедру и корицу.

Замесить тесто, вылить его в чашу, смазанную маргарином и присыпанную мукой. Готовить в режиме «Выпечка» 60 минут. Оставить в режиме «Подогрев» на 5–10 минут.

Торты

Торт «Новогодний»

Ингредиенты

Для теста: 150 г сливочного масла, 100 г сахара, 180 г картофельной муки, 1 столовая ложка пшеничной муки, 3 яйца, 3 столовые ложки измельченного сладкого миндаля, 3 столовые ложки засахаренной вишни без косточек, 2 столовые ложки изюма без косточек, 2 столовые ложки измельченных цукатов, 2 столовые ложки рома, 1/2 чайной ложки измельченной цедры лимона, 1/2 чайной ложки ванильного сахара, 1 чайная ложка маргарина, 1/2 чайной ложки питьевой соды, соль.

Для украшения: 2 столовые ложки сахарной пудры, засахаренные фрукты.

Способ приготовления

Изюм замочить на 2 часа в теплой воде, затем промыть и обдать кипятком. Вишню измельчить. Картофельную муку смешать с пшеничной, добавить соль и соду. Сахар растереть с размягченным сливочным маслом, добавить ванильный сахар, цедру лимона, взбить, добавить муку, яйца, снова взбить. Положить в тесто изюм, цукаты, миндаль и вишню, перемешать, влить ром. Выложить тесто в смазанную маргарином чашу и готовить в режиме «Выпечка» 40 минут. Оставить в режиме «Подогрев» на 10 минут.

Посыпать торт сахарной пудрой и украсить засахаренными фруктами.

Лимонный торт с клубникой и сливочным кремом

Ингредиенты

Для теста: 6 яиц, 200 г муки, 6 столовых ложек сахара, 1 небольшой лимон, 1 столовая ложка маргарина.

Для крема: 150 г сливочного масла, 6 столовых ложек сгущенного молока, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 чайная ложка тертой лимонной цедры.

Для пропитки: 3 столовые ложки сахара, 1 столовая ложка лимонного ликера.

Для украшения: 200 г клубники, 20 г сахарной пудры.

Способ приготовления

Желтки отделить от белков, растереть с сахаром добела, добавить взбитые в крутую пену белки. Лимон вымыть, пропустить через мясорубку, соединить с яичной смесью, добавить просеянную муку и замесить однородное тесто. Выложить его в смазанную маргарином чашу, готовить в режиме «Выпечка» 25 минут. Готовый бисквит охладить и разрезать вдоль

на 2 коржа. Пропитать их сиропом, приготовленным из сахара, воды (5 столовых ложек) и ликера. Клубнику вымыть, крупные ягоды нарезать.

Для приготовления крема размягченное сливочное масло взбить миксером и, продолжая взбивать, добавить сгущенное молоко, лимонный сок и цедру.

Смазать коржи кремом, смешанным с частью клубники, уложить друг на друга. Посыпать торт сахарной пудрой, украсить оставшейся клубникой.

Торт «Лакомка»

Ингредиенты

Для теста: 3 яйца, 200 г сахара, 1 пакетик ванильного сахара, 2 столовые ложки муки, 70 г какао, 1 столовая ложка маргарина, питьевая сода и соль на кончике ножа.

Для глазури: 100 г темного шоколада, 3 столовые ложки молока, 1 столовая ложка сливочного масла.

Для крема: 100 г сливок, 100 г сахара.

Способ приготовления

Желтки отделить от белков, смешать с солью и ванильным сахаром, постепенно подливая горячую воду (3 столовые ложки), взбить в крепкую пену. Добавить белки, взбитые с сахаром, просеянную муку, какао, соду, замесить однородное тесто. Выложить его в чашу, смазанную маргарином, готовить в режиме «Выпечка» 35 минут.

Для приготовления глазури шоколад растопить в горячем молоке, хорошо перемешать, слегка охладить, добавить размягченное сливочное масло и растереть.

Для приготовления крема сливки взбить с сахаром. Готовый охлажденный бисквит разрезать вдоль на 2 коржа. Смазать коржи кремом, уложить один на другой. Торт покрыть глазурью.

Пудинги

Пудинг «Персиковый»

Ингредиенты

600 мл молока, 4 столовые ложки персикового джема, 2 столовые ложки сливочного масла, 70 г черствого белого хлеба, 6 столовых ложек сахарной пудры, 2 яичных желтка, 3 яичных белка, 1 столовая ложка растительного масла.

Способ приготовления

Белки взбить с помощью миксера с 5 столовыми ложками сахарной пудры. Сливочное масло растопить в молоке. Хлеб растолочь с оставшейся сахарной пудрой, залить смесью молока и масла и оставить на 30 минут. Добавить яичные желтки, размешать, перелить в смазанную растительным маслом чашу и готовить в режиме «Выпечка» 30 минут. Смазать горячим джемом и оставить в режиме «Подогрев» на 20 минут. Остудить, выложить сверху взбитые белки и готовить в режиме «На пару» 10–15 минут.

Пудинг «Клубничный»

Ингредиенты

250 г черствого белого хлеба, 80 г топленого масла, 100 г сахара, 3 яйца, 5 столовых ложек молока, 250 г клубничного варенья, 1 чайная ложка маргарина.

Способ приготовления

Яйца взбить. Хлеб растолочь с сахаром и растопленным маслом. Добавить взбитые яйца, влить молоко и перемешать. Варенье нагреть на водяной бане. Чашу смазать маргарином, выложить в нее половину хлебной смеси и часть варенья. Готовить в режиме «Выпечка» 65 минут. Смазать оставшимся вареньем и оставить в режиме «Подогрев» на 5–10 минут.

Пудинг «Ореховый»

Ингредиенты

300–350 г белого хлеба, 200 мл молока, 150 г сливочного масла, 150 г топленого масла, 200 г сахара, 2 чайные ложки тертой лимонной цедры, 300 г очищенных поджаренных и измельченных ядер грецких орехов, 8 яиц, 50 г нарезанного чернослива, 2 чайные ложки оливкового масла, 1 чайная ложка корицы.

Способ приготовления

Размягченное сливочное масло взбить с помощью миксера. Яйца аккуратно разбить, отделить желтки от белков. Белки взбить с помощью миксера.

Хлеб размочить в молоке, отжать, размять, соединить со сливочным маслом. Добавить желтки, топленое масло, цедру,

сахар, корицу, грецкие орехи, чернослив и белки, размешать. Выложить массу в смазанную оливковым маслом чашу и готовить в режиме «Выпечка» 65 минут. Оставить в режиме «Подогрев» на 15–20 минут.

Иллюстрации

Фрикадельки из свинины, тушенные с овощами

Классические тефтели из говядины с гарниром из макаронных изделий

Котлеты из смешанного фарша

Тефтели из свинины с гарниром из риса и сладкого перца

Баранина по-татарски

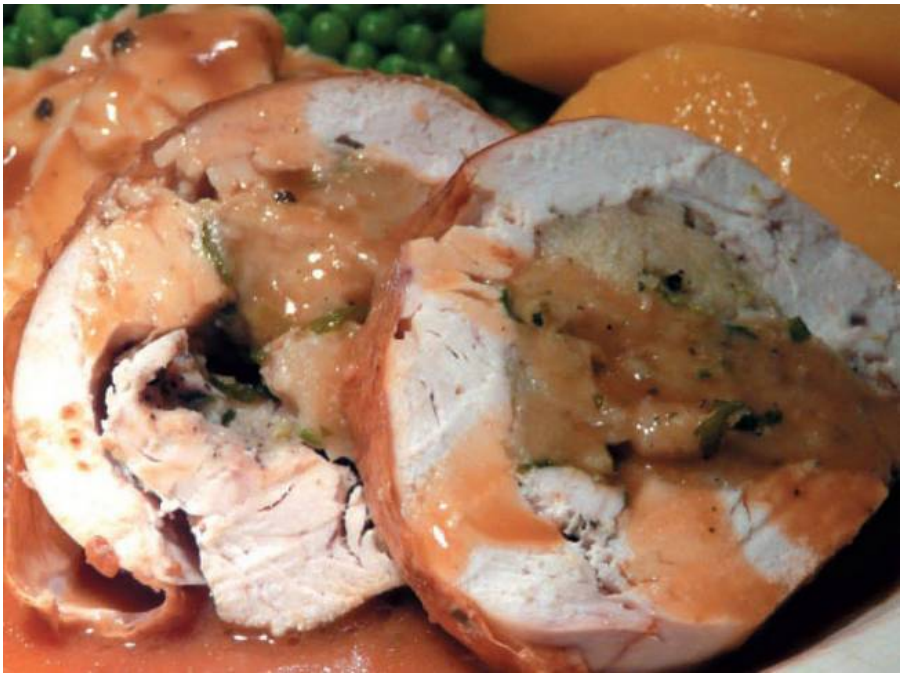
Цыпленок в топленом масле с картофелем

Фаршированные куриные грудки с гарниром из риса и овощей

Диетический плов с креветками и зеленым горошком

Острый плов из дикого риса

Голубцы с говядиной, рисом и морковью



Рулет из курицы с картофелем и зеленью

Шницели из курицы

Рулет из курицы с козьим сыром и гарниром из киноа

Сазан с овощами

Торт «Лакомка»

Лимонный торт с клубникой и сливочным кремом